



Fruits en brochettes

Pour déguster les fruits autrement !



Trempe tes brochettes
dans la sauce et régale-toi !

Il te faut :



2 kiwis



2 bananes



2 oranges



1 mangue



1 citron



1 yaourt



cannelle en poudre



mini-brochettes

1 Épluche les kiwis, une banane, une orange et la mangue. Découpe la chair de la mangue autour de son noyau.



2 Coupe les fruits en gros morceaux et le citron en 2. Pique les fruits sur les brochettes en les mélangeant. Arrose-les de jus de citron.



3 Épluche l'autre banane et écrase-la. Coupe l'autre orange en 2 et presse-la.



4 Verse le yaourt dans un bol. Ajoute la banane écrasée, le jus d'orange et 4 pincées de cannelle. Mélange.



Réalisation de Brigitte Carrère.