

Frugtsalat med appelsin-birkes (vegansk)



🕒 30 min. 🍷 113 kcal 🍷 SteviaSweet Flydende

Fremgangsmåde

Riv appelsinskal og pres saften ud. Hæld den i skålen sammen med flydende SteviaSweet og birkes. Rør rundt. Skræl og skær kiwifrugterne i små stykker. Vask druerne og skær dem midt over.

Bland frugterne og bærrerne i appelsinsaften. Lad blandingen stå 15 minutter før servering.

Server frugtsalaten i serveringsskåle og pynt med mynteblade.

Ingredienser til 4 portioner

	revet skal af ½ appelsin
1	appelsin, saft af
20 dråber	SteviaSweet Flydende
1 tsk	birkes
2	kiwifrugter
250 g	mørke vindruer
100 g	friske hindbær
100 g	friske blåbær

Serveres med

et par friske mynteblade

Næringsværdi per portion

113	kcal
473	kJ
2	g Protein
23.5	g Kulhydrater
1.5	g Fedt