

Frugtsalat med ylette (6 pers.)

Ingredienser

- 2 æbler (250 gr.)
- 2 pærer (250 gr.)
- 1 banan (100 gr.)
- 1 appelsin (150 gr.)
- 8 vindruer til pynt (50 gr.)
- Dressing:
- 3 dl ylette
- 1 dl fromage frais
- ½ stang vanille
- sødemiddel efter smag

Fremgangsmåde

1. Frugten skæres i små tern.
2. Ylette og fromage frais blandes med kornene fra vanillestangen.
3. Frugten blandes i, og salaten pyntes med halve, udstenede vindruer.

Servering

Frugtsalaten er fin til et godt stykke groft hvedebrød.

Næringsindhold pr. person	
Energi	404 kJ / 96 kcal
Fedt	1,3 g
Kulhydrat	14,6 g
- heraf tilsat sukker	-
Kostfibre	2,6 g
Protein	5,1 g

