

Macedonia profumata ai semi di finocchio



Ingredienti

- 240g banane
- 200g pesche sciroppate sgocciolate
- 200g kiwi
- 40g zucchero semolato
- 20g succo di limone
- 2 cucchiaini semi di finocchio Cannamela



Porzioni
4 persone



Portata
Dolce



Tempo
15 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
Nessuna
cottura



Kcal per
persona
144*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1** Versare quasi tutti i semi di finocchio CANNAMELA in un mortaio, aggiungere 1 cucchiaio di zucchero e pestare.
- 2** Porli in una ciotola con lo zucchero rimasto, il succo di limone e 2 cucchiaini di acqua a temperatura ambiente. Lasciare riposare per 15 min.
- 3** Intanto lavare e sbucciare la frutta.
- 4** Tagliare a rondelle le banane e i kiwi e a spicchietti le pesche.
- 5** Raccogliere tutto in una ciotola.
- 6** Irrorare con l'infusione di semi di finocchio filtrata.