

Obstsalat

Für 4 Personen

Ein Obstsalat bringt auch nach einem "schwereren" Essen eine angenehme Leichtigkeit hinein.

Zutaten:

300 ml abgekochtes Wasser

300 ml abgekochtes Wasser

3 TL (Bio)Honig

1 (Bio) Zitrone

1 (Bio) Banane

2 (Bio)Äpfel (Topaz, Elstar, Pilot)

1 (Bio)Orange

2 (Bio)Kiwi

1 TL Angostura-Bitter

je nach Sasion und Belieben: Erdbeeren, Ananas (vorzugsweise Flugananas (hochpreisig!))

Zur Verfeinerung: Walnüsse (z. B. 1, getrocknete oder frische Feigen

Als Serviervorschlag nach Wunsch: Grand Manier, Kirschwasser, Maraschino etc.

Zubereitung:

Wasser zum Kochen bringen, in Schüssel geben und Honig darin auflösen.

Etwas Schale von einer Zitrone reiben und dazugeben, dann pressen und Saft unterrühren. Angostura-Bitter dazugeben. Soße abkühlen lassen. Obst in

kleinere Stücke schneiden (Bananen in dünne Rollen, geschälte Äpfel in kleine "Halbmond"-Schnitze schneiden und danach nochmal diese in kleine "Keile", genauso mit den Orangen verfahren (weiße Außenhaut gut

entfernen/abziehen, geschälte Kiwi längs und quer in kleine (Würfel-)Stücke

schneiden). Als schöne Geschmacksfacette bietet sich an: Walnüsse und/oder Feigen klein schneiden oder hacken und untermischen. Fertiger Obstsalat sollte

(mit Teller abgedeckt) mindestens 4 Std. durchziehen können.
Beim Servieren nach Bedarf Obstbrände und Liköre reichen.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

Biomarkt biodelikat • Badstr. 4 1/3 • 83646 Bad Tölz
Tel. 08041/7928581 • www.biodelikat.de