

ANANAS VIP

Ingredienti

- zucchero (60gr)
- rhum (40ml)
- cocco in scaglie (20gr)
- ananas (1000gr)
- 2 kiwi
- 1 pompelmo

Come si prepara

Togliete il ciuffo di foglie all'ananas e conservatelo.

Svuotate il frutto con delicatezza, scartando la parte centrale legnosa, e riducete la polpa a pezzetti.

Sbucciate il pompelmo e staccate gli spicchi con un coltello affilato, dividendoli poi in due per il senso della lunghezza.

Sbucciate i kiwi, tagliateli a fettine piuttosto alte e dividete ogni fettina in quattro parti.

Mettete in una coppa la frutta, condite con lo zucchero e il rhum, aggiungendo alla fine qualche scaglia di cocco.

Conservate in frigorifero la scorza vuota dell'ananas e la frutta, quindi, al momento di servire travasate la frutta nel guscio vuoto e coprite con il ciuffo di foglie conservato.

Difficoltà: 2

Tempo: 20

Tabella nutrizionale

Valore energetico	57 kcal 239 kJ
-------------------	-------------------

Tags





occasioni speciali, frutta, ananas, macedonia, Ananas VIP

