



Salade de fruits au piment

Préparation

Ingédients pour 4 personnes

- 1 petit ananas
- 2 nectarines jaunes
- 2 kiwis
- 1 petite tranche de pastèque
- 1 citron
- 2 CS de sirop d'érable
- 1 petit piment frais une pincée de piment de Cayenne
- Poivre du moulin



1 Pressez le citron, versez le jus dans un grand saladier, ajouter le sirop d'érable et le piment de Cayenne.

2 Pelez l'ananas et la pastèque, coupez leur chair cubes. Dénoyotez les nectarines, coupez-les en quartiers. Pelez les kiwis, coupez-le en tranches.

3 Mettez les fruits dans le saladier et mélangez délicatement avec le sirop au citron et au piment, et un tour de moulin à poivre. Laissez reposer 1 heure environ avant de servir.



10 min



/



1 heure

