

Bunte Obstplatte mit Mandeldressing

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Obstplatte

Für die Obstplatte

- 1 Drachenfrucht
- 1 Kaki
- 2 Passionsfrüchte
- 3 Feigen
- 3 Kiwis
- 1 Handvoll Erdbeeren
- 1 Handvoll Blaubeeren
- 1 Handvoll Kirschen

Für das Mandeldressing

- 50 g gemahlene Mandeln
- 3 Esslöffel Kokosmilch
- 1 Esslöffel Honig
- 1 Teelöffel Sesamöl
- 1 Teelöffel Kokosöl
- 1 Esslöffel Apfelessig

Wow! Diese Farben! Ein lauer Sommerabend, deine Gäste sitzen am Tisch, den Hauptgang habt ihr hinter euch und jetzt kommt's: Du servierst diese prächtige, farbenfrohe und super gesunde Obstplatte mit Mandeldressing und alle staunen. Dass das Auge mit isst, ist ja nun kein Geheimnis. Aber beim Anrichten von Obst gilt das ganz

besonders. Du kannst bei der Zutatenliste natürlich ganz kreativ sein und deine eigenen Vorlieben mit einbringen. Tja, da schauen die Gummibärchen in deinem Schrank sicher doof aus der Wäsche, denn sie werden (zumindest für heute) wohl nicht mehr gebraucht.

- 1 -

Obst waschen und in Form schneiden.

- 2 -

Für das Mandeldressing Kokosmilch, Honig, Apfelessig, Sesam- und Kokosöl vermengen. Gemahlene Mandeln unterrühren.

- 3 -

Obst auf einer Servierplatte anrichten und zusammen mit Mandeldressing servieren.