

Opskrift: Frugtsalat

Hæld vand over 2dl cashewnødder - lad dem trække min. 1 time på køkkenbordet, eller du kan stille dem i køleskabet til dagen efter.

Hæld vandet fra med undtagelse af ca. 1/2 dl

1/2 tsk. vanilje

1 tsk. kokossirup (eller honning)

Vanilje og kokossirup kommer ned til cashewnødderne og det hele får en tur med stavblenderen. Er cremen for tyk, så tynd den med 1 spsk. vand og blend igen.

Frugter der skæres i mundrette stykker:

1 appelsin

1 pære

2 skiver ananas

1 håndfuld blåbær

Fordel frugterne i 4 små skåle og put 1 spsk. creme over frugterne. Drys med hakket chokolade af en god kvalitet og højt kakaoinhold.

