



Salades et soupes de fruits

Soupe de fruits



40 min 10 min 10 min 20 min **223**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation des jus

- 1 Presser le jus d'orange et de citron.

Étape 2

Cuisson de la soupe

- 1 Dans une casserole, faire chauffer à feu doux le Xérès et le sirop de sucre.
- 2 Bien mélanger et ajouter les jus d'agrumes.
- 3 Continuer à mélanger et ajouter les raisins secs.
- 4 Laisser chauffer encore quelques minutes à feu très doux.

Étape 3

Préparation des fruits

- 1 Laisser tiédir le mélange et pendant ce temps, éplucher et découper les fruits.
- 2 Mélanger toutes les fruits découpés dans un saladier.

Étape 4

Dressage

Ingrédients
pour 4 personnes

Soupe

10 cl **Xérès (vin blanc)**
5 c. à soupe **Sirop de sucre**
0.5 **Citron(s)**
0.5 **Orange(s)**
50 g **Raisins secs**

Fruits

1 **Pomme(s)**
1 **Kiwi(s)**
0.5 **Grenade(s)**
1 **Orange(s)**
1 **Pêche**
6 feuille(s) **Menthe fraîche**

- 1 Verser le mélange liquide et les raisins encore tièdes sur les fruits.
- 2 Laisser refroidir jusqu'au moment de servir.
- 3 Saupoudrer avec les feuilles de menthe fraîche.