



*Salades et soupes de fruits*  
**Fruits au sirop**



**1h30** **20 min** **10 min** **1h** **154**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour **10** personnes

**Ingrédients pour les  
fruits**

**1 Ananas**  
**2 Poire**  
**2 Pomme(s)**  
**1 Pêche**

**Ingrédients pour le sirop  
à la vanille**

200 g **Sucre semoule**  
20 cl **Eau**  
1 **Gousse(s) de vanille**

**Étape 1**

Préparation des fruits

- 1 Éplucher les fruits et les couper en morceaux.
- 2 Disposer les fruits dans un saladier.

**Étape 2**

Préparation du sirop

- 1 Extraire les graines de la vanille.
- 2 Porter l'eau avec le sucre, la gousse et les graines à ébullition.
- 3 Enlever la gousse de vanille du sirop.
- 4 Verser le sirop sur les fruits.

**Étape 3**

Dressage

- 1 Garder au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.
- 2 Servir la salade de fruits bien fraîche.