Obstsalat für Kinder

Mit diesem Rezept essen auch die Kleinen gerne gesundes Obst. Der Obstsalat für Kinder hat viele Vitamine und schmeckt lecker.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min

Zutaten

2 Stk.	Äpfel
4 Stk.	Bananen
250 g	Erdbeeren
100 g	Heidelbeeren
3 Stk.	Kiwi
250 ml	Orangensaft
0.5 Stk.	Zitronen

Zubereitung

1. Dieses Rezept erklärt die Zubereitung von **Obstsalat für Kinder** und gibt eine gesunde und schmackhafte Idee für ein Dessert. Mit den Bananen beginnen und diese schälen, dann in mundgerechte Scheiben zerschneiden.

2. Nun die Äpfel in Vierteln schneiden, Kerngehäuse vollständig heraustrennen und die Schale entfernen. Dann die Äpfel kleinwürfelig schneiden.

3. Erdbeeren waschen, Grünes heraustrennen und in kleine Stücke schneiden. Kiwis schälen und ebenso klein schneiden. Heidelbeeren waschen und schlechte wegwerfen.

4. Die zerkleinerten Früchte nun in eine Schale geben und mit Zitronensaft versetzen.

Andernfalls würden Äpfel und Bananen braun werden.

5. Zum Abschluss den Orangensaft darüber geben und servieren.

Tipp

Dieser leckere Obstsalat für Kinder kann mit einer selbst gemachten Vanillesauce serviert werden.