

MACEDONIA GREEN TOUR

CON FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

TIPOLOGIA: DESSERT
Metodo di cottura: nessuno
Stagionalità: primavera

Ingredienti per persona

Frutta fresca di stagione: 150-200 g (fragole, ciliegie, albicocche, mela, kiwi)
Succo di limone: 5 g

PROCEDIMENTO

Tagliare a dadini la frutta di stagione, aggiungere il succo di limone.

Cospargere eventualmente la macedonia con zucchero a velo vanigliato.



INFORMAZIONI NUTRIZIONALI
LA VARIETÀ DEI COLORI DELLA FRUTTA È LO SPECCHIO DELLA VARIETÀ DEI NUTRIENTI CONTENUTI IN QUESTO DESSERT. LE FRAGOLE, LE CILIEGIE E LE ALBICOCCHE CONTENGONO ANTIOSSIDANTI CON RUOLO ANTITUMORALE E DI PROTEZIONE CARDIOVASCOLARE. IL KIVI CONTIENE FERRO, ACIDO FOLICO, VITAMINA C, K E ANTIOSSIDANTI. LA MELA CONTIENE VITAMINA A, VITAMINA C.

Green tour
Verde in movimento

REGIONE DEL VENETO