



Salade de fraises

Phase : d'Attaque, Active, Stabilisation

Par portion | Apports de référence %

Énergie	Matières grasses	Acides gras saturés	Sucres	Sel	Protéines	Glucides
85 kcal	00,0 g	0,00 g	15,9 g	0,00 g	1,8 g	17,2 g
4%	0%	0%	18%	0%	4%	3%

Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Dessert

Prêt en
10 min

Cuisson
0 min

Ingrédients

Pour 1 personne

- 500 g de fraises
- le jus de 1/2 citron
- 1 c.à.c d'eau de fleur d'oranger
- 1 c.à.c de miel
- 1 pincée de cannelle
- 5 feuilles de menthe fraîche ciselée

Préparation

1. Mélanger le jus de citron avec le miel, l'eau de fleur d'oranger et la cannelle.
2. Equeuter les fraises et les couper en morceaux.
3. Les mélanger avec la préparation au jus de citron.
4. Garnir avec la menthe fraîche.