









Kunterbunte Obstspieße




Zutaten

- 8 Holzspieße (Schaschlikspieße)
- 2 Bananen
- 1 Apfel
- 1 Birne
- 2 El Zitronensaft
- 8 Erdbeeren
- 1 Kiwi oder Trauben

Zubereitung

-  Obst kurz und kalt waschen
-  Bananen in 8 Teile schneiden
-  Kernhaus bei Apfel und Birne ausstechen und in dickere Spalten oder Würfel schneiden
-  Erdbeeren von den Strünken befreien
-  Kiwi grob würfeln
-  Jeweils von jeder Sorte ein Stück Obst auf die Holzspieße stecken

Tipp:

-  Früchte nach Jahreszeit auswählen
-  Bananen-, Äpfel- und Birnenwürfel mit Zitronensaft beträufeln
-  Dazu ein Naturjoghurt reichen