

Rezept

Frozen Fruit Salad mit Walnüssen

Ein Rezept von Frozen Fruit Salad mit Walnüssen, am 28.06.2026

Zutaten

200 g grüne Weintrauben	200 g roséfarbene Weintrauben
200 g blaue Weintrauben	125 g Brombeeren
2 Bananen	1 TL Zitronensaft
1 EL Agavendicksaft	60 g Walnusskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

Zubereitung

1. Jede Weintraubensorte samt der Stängel in vier Portionen teilen. Trauben abbrausen und auf ein Blech oder eine Platte legen.

2. Dann Bananen schälen, längs halbieren und in feine Scheiben schneiden.

3. Alle Früchte für 4 bis 6 Stunden ins Tiefkühlfach geben.

4. Die Walnüsse grob hacken. Alle Früchte auf einem Tellern anrichten. Zum Schluss die Banane mit Honig und Walnüssen garnieren.