

Zupa kokosowo-brzoskwiniowa z szaszłykami z owoców

Czas ogółem **15 min** **15 min** Czas przygotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
1.293 kJ / 311 kcal

Tłuszcz: **11,9 g** Białko: **4,5 g**
Węglowodany: **40,6 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

3 dojrzałe brzoskwinie (lub nektarynki)
200 ml nektaru brzoskwiniowego
100 ml mleka kokosowego
2,5 łyżeczki Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
1,5 łyżeczka soku z cytryny
0,5 łyżeczka cukru
60 g malin
2 łyżeczki startego kokosa lub płatków kokosowych
Dodatkowo krótkie patyczki na szaszłyki

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Brzoskwinie obierz ze skórki, przekrój na połowy i usuń pestki. Następnie pokrój brzoskwinie w kostkę.

Krok 2

Zmiksuj połowę brzoskwiń z nektarem i mlekiem kokosowym. Dopraw do smaku sosem sojowym Kikkoman, sokiem z cytryny i cukrem.

Krok 3

Do zupy dodaj połowę brzoskwiń pokrojonych w kostkę. Resztę nabij na patyczki do szaszłyków razem z malinami.

Krok 4

Rozlej zupę do misek. Udekoruj wiórkami kokosowymi i szaszłykami. Podawaj.