

# SALADA DE FRUTAS RICA

## INGREDIENTES

6 bananas prata  
1 maçã argentina grande  
2 peras portuguesas  
1/2 xícara de uva passa  
suco de 1 limão taiti  
1 cacho médio de uva thompson  
3 carambolas maduras  
1 pedaço pequeno de gengibre (cerca de 2 cm)  
400 ml de leite de coco  
1 colher (sobremesa) de baunilha  
mel a gosto

## MODO DE PREPARO

Lave as mãos e as frutas que serão utilizadas com casca (maçã, peras, uvas e carambolas).

Descasque as bananas e pique-as em rodela.

Retire apenas as sementes da maçã e pique-as sobre a banana.

Misture delicadamente as uvas passas às frutas já picadas.

Incorpore o suco de limão às frutas já misturadas.

Retire apenas as sementes das peras e pique-as sobre as demais frutas.

Corte as carambolas em rodela de estrelas.

Acrescente as uvas já retiradas do cacho.

Misture todas as frutas.

Em um liquidificador, bata o leite de coco, baunilha, o pedaço de gengibre e adoce com o mel a gosto (costumo usar 3 colheres de sopa).

Misture o creme batido às frutas e leve à geladeira por no mínimo 30 minutos antes de servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18445-salada-de-frutas-rica.html>