

Solskinn i en skål



Ingredienser til 2-3 pers

0,5 l appelsinjuice (evt mangojuice)

6-8 biter tørket mango

6 stk tørket aprikos

6-8 båter tørket eple

1 ss tørket kokos

(1 ss lys maisenna jevning)

2 dl kokosmelk

Evt 1 appelsin, yoghurt/krem/is/kesam, kanel

Start med å koke opp juice/vann/ kokosmelk og hell dette i en termos hvor du allerede har lagt tørket frukt (mango, eple, aprikos og revet kokos). **Sett på lokket og sett termosen til side.** Dette skal stå minst ½ time, men det kan ikke stå for lenge, så lag det gjerne klart allerede mens du spiser frokost.

Etter middagen finner du frem termosen du har satt til side. **Ha gjerne på en klatt yoghurt, vanilje kesam eller krem)** om du har, legg på et par appelsinbåter uten skinn og strø litt kanel på toppen av det hele 😊