

SALADE DE FRUITS QUI FAIT DIRE HUMMMM



Ingrédients (pour un beau saladier)

Sirop :

400 ml d'eau

150 g de **sucre** (j'ai mis 100 g de **sucre blanc** + 50 g de **sucre de canne complet**)

1 **citron** bio (zestes + jus)

1 **orange** bio (zestes + jus)

2 bâtons de **vanille** fendus en 2

1 beau bâton de **cannelle**

3 graines de **cardamome verte**

Fruits que j'y ai mis :

1 **mangue extra**

1 ou 2 **bananes**

1 + 1/2 **pomme** (j'ai pris des "Pink Lady")

5/6 **abricots**

1 petite barquette de **framboises**

une quinzaine de **cerises**

une poignée de **groseilles**

2 beaux **kiwis**

3 **nectarines** (2 jaunes+ 1 blanche)

Préparation du sirop :

Mettez l'eau et le sucre dans une casserole et portez à ébullition. Pendant ce temps prélevez les zestes de l'orange et du citron, pressez leur jus.

Une fois à ébullition, baissez le feu, ajoutez les zestes, les jus, et les épices, et laissez à petits frémissements durant une dizaine de minutes.

Laissez infuser hors du feu.

Après, au choix : si vous voulez faire compoter les fruits, versez le sirop tiède sur les fruits, sinon attendez le refroidissement de ce dernier.

J'ai choisi la seconde version, pour un premier test, sans faire compoter les fruits, j'ai donc fait mon sirop la veille au soir.

Préparation des fruits :

Le lendemain, j'ai pelé, coupé tous les fruits en morceaux, pas trop gros mais pas trop petits (les cerises en 2, les abricots en 6, ... framboises entières).

Versez le sirop dans le saladier, ajoutez au fur et à mesure de la préparation les fruits (sauf les framboises). Mélangez bien pour bien immerger et imbiber les fruits du sirop. Mettez les framboises juste sur le dessus, pour ne pas trop les abîmer.

Mettez au frais durant au moins une heure, sortez un peu avant de servir, ça doit être frais mais pas trop, les arômes des fruits ne pouvant se libérer à leur maximum trop froid. Mélangez avant de servir, pour que les framboises soient mêlées au reste de la salade de fruits.

**** Audrey de FLAGRANTS DÉLICES BY TAMBOUILLEFAMILY ****