

Regenbogen-Spieße mit Bananen-Milch

Für 8 Spieße

8 rote Trauben 8 dicke Heidelbeeren 2 Kiwi
2 Nektarinen 8 Stücke Wassermelone 8 Erdbeeren
8 Himbeeren

Außerdem:

8 Holzspieße

Bananenmilch:

600 ml Milch 3 reife Bananen 1 Spritzer Zitronensaft

Kiwi schälen. Kiwi, Nektarinen und Wassermelone in mundgerechte Stücke schneiden.

Obst in Regenbogenfarben geordnet aufspießen. Natürlich geht auch bunt gemischt.

Für die Bananenmilch reife (und daher sehr aromatische) Bananen zusammen mit der Milch pürieren. Mit etwas Zitronensaft verfeinern.

In Gläser abfüllen und mit den Spießen servieren.

Björn Freitag am 07. Oktober 2022