

les recettes d'Alice

Soupe de fruits d'été à la cannelle



4 personnes



Provence



été



Économique



15



10 min



facile

INGREDIENTS

3 pêches
3 brugnons jaunes
3 nectarines jaunes
2 bâtons de cannelle
100g de sucre semoule

MATERIEL NECESSAIRE

PREPARATION ET REALISATION

1-Portez à ébullition 20 cl d'eau avec le sucre et la cannelle
Laissez frémir 10 minutes. Couvrez et laissez infuser
10 minutes hors du feu.

2-épluchez et dénoyautez les fruits. Coupez-les en
morceaux et déposez-les dans une casserole. Versez le
sirop sur les fruits.

3-faites cuire 5 minutes feu doux, puis laissez
refroidir.

Mixer le tout.

Couvrez la soupe de fruits de film alimentaire et
réservez-la 1 heure au réfrigérateur.

Répartissez la soupe dans des verres et servez-la bien
froide, décorée de feuilles de verveine.

CONSEILS ET ASTUCES

Mixez par pulsion pour garder des morceaux.

Alice Délice

