

SALADE DE FRUITS

Ingrédients

Ananas

Kiwi

Orange

Poire

Pomme

Préparation

- Ananas Couper la base et la tête de l'ananas.
Poser l'ananas debout et le peler à vif avec un couteau.
(C'est-à-dire lui enlever la peau en faisant glisser la lame d'un couteau entre la chair et la peau.)
Enlever si besoin les « yeux » avec un petit couteau.
L'ananas doit être bien jaune.
Poser l'ananas debout, le couper en quatre, retirer le cœur avec le couteau.
Découper chaque quartier en 5 tranches, puis couper en petits morceaux.
- Kiwi Couper les deux extrémités et peler avec un couteau éplucheur ou un économe.
Couper le kiwi en deux, puis en tranches et enfin en petits morceaux.
- Orange Couper les deux extrémités.
Poser l'orange à plat et la peler à vif.
Retirer au besoin les petites peaux restantes avec un petit couteau.
Prélever délicatement les « suprêmes » en faisant glisser le couteau juste à côté d'une membrane et jusqu'au centre du fruit.
Faire de même de l'autre côté afin de prélever le suprême.
- Poire Peler la poire avec un couteau éplucheur ou un économe.
Retirer la base (calice) avec une cuillère à pomme parisienne.
Couper la poire en deux et retirer le cœur avec la cuillère parisienne.
Découper chaque moitié en 5 tranches, puis en morceaux.
- Pomme Peler la pomme avec un couteau éplucheur ou un économe.
Avec le vide-pomme, retirer le cœur du fruit.
Couper la pomme en deux, puis découper chaque moitié en 4 tranches, puis en morceaux.
- Pour les morceaux de pomme et de poire, il est conseillé d'arroser d'un peu de jus de citron afin d'empêcher l'oxydation.