

FRULLATO DI UVA 1

Ingredienti per 4 persone:

- 400 g di uva moscato
- 1 bicchiere di succo d'uva
- 1 mela renetta
- 2 cucchiaini di miele
- 2 cucchiaini di crusca (ammollata in un po' di latte)
- ghiaccio tritato
- 1 limone (succo)
- 2 cucchiaini di zucchero

Passare l'uva in modo di liberarla dalla buccia e dai semi.

Frullarla con la mela sbucciata tagliata a pezzetti e con tutti gli altri ingredienti.