



FRULLATI E CENTRIFUGATI

## Frullato mandarini pera e uvetta



2 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

10 MIN



TEMPO DI COTTURA

0 MIN



CALORIE

270K

NOTE  
20 MINUTI DI RIPOSO

### INGREDIENTI

700 g di Pere

300 g di Mandarini

3 cucchiaini di Uvetta

2 cucchiaini di Succo di limone

### PER GUARNIRE

Granella di mandorle

### Preparazione

- Per prima cosa mettete l'uvetta a rinvenire in una ciotolina di acqua tiepida per circa 20 minuti.
- ?Sbucciate le pere e rimuovete il torsolo, il picciolo e le parti dure. Tagliatele a spicchi.
- ?Sbucciate i mandarini e divideteli a spicchi, quindi tritate il ghiaccio.
- Inserite nel boccale del mixer le pere, i mandarini, il succo di limone, l'uvetta ammorbidita e il ghiaccio tritato. Azionate allungando, via via, con acqua fredda a filo. Frullate fino a quando non otterrete la consistenza desiderata.
- Travasate nei calici e servite guarnendo con granella di mandorle.