

SKYR AUX FRUITS

Essayez notre skyr aux fruits, parfait contre la fatigue et la bouche sèche. Ce dessert combine les bienfaits énergisants du skyr riche en protéines et la fraîcheur des fruits frais, offrant une solution délicieuse et revitalisante.

Image not found

[https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/184/thumbnails/Skyr aux fruits.JPG](https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/184/thumbnails/Skyr%20aux%20fruits.JPG)



Temps de préparation : 15 min - Temps de cuisson : 0 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (2 personnes)

- 200 g de skyr
- 100 g de kiwi
- 100 g de fraises
- 100 g de framboises

Préparation

Pelez le kiwi et coupez-le en cube.

Lavez les framboises et les fraises, coupez les en deux.

Répartissez le skyr sur les fruits.