



## FESTIN DE FRUITS POUR EXPLORATEURS

• Pour 1 grand plateau de fruits pour 4 personnes

### Ingredients

- 1 kiwi
- 1/2 ananas
- 1 mangue
- 1 orange
- 1 banane
- 1 tasse de myrtilles
- 1 paquet de noix de coco râpée
- 1 tasse de yaourt grec entier
- 1 cuillère à soupe de miel ou de coulis de fruits

### Matériel nécessaire :

- Une grande assiette ou un grand plat
- Un petit bol et une cuillère
- Un couteau

### Astuce

À faire en présence d'un adulte.

Vous pouvez essayer différents fruits et tester quelque chose de nouveau à chaque fois !



Vaiana et ses navigateurs ont besoin de beaucoup d'énergie pour explorer l'océan. Préparez ce festin fruité énergisant et tenez-vous prêts à naviguer sur les eaux polynésiennes.

### Instructions

1. Préparez les fruits en épluchant la banane et en lavant les myrtilles à l'eau froide, puis séchez-les en les tapotant.
2. Épluchez la mangue, puis coupez-la en lamelles.
3. Épluchez l'ananas et coupez-le en rondelles de 1 cm.
4. Épluchez le kiwi et coupez-le en rondelles.
5. Coupez l'orange et la banane en tranches.
6. Disposez les fruits sur votre plateau, en comblant les espaces vides dans les coins avec des poignées de morceaux de noix de coco et de myrtilles. Laissez un espace au milieu pour le bol de yaourt.
7. Mélangez le yaourt grec avec du miel ou le coulis de votre choix.
8. Placez le bol au centre du plateau de fruits.

