

Fettine di ananas farcite

La frutta è sempre protagonista nelle mie ricette. Si possono creare tante cose buone e salutari da gustare a colazione oppure a merenda. Come queste fettine di ananas farcite con formaggio quark al gusto maracuja.

Per una colazione completa e nutriente è possibile accompagnarle con un cremoso porridge caldo al cacao

Ingredienti per la farcitura

- 150 gr quark al gusto maracuja
- Anacardi
- Noci
- Melagrano

Ingredienti per il porridge

- 20 gr fiocchi di avena
- 10 g di cacao
- Cannella q.b
- Acqua 180 ml





Procedimento

- In una pentola antiaderente unire fiocchi d'avena, cacao e cannella.
- Aggiungere 180 ml di acqua e cuocere a fiamma medio-bassa mescolando spesso con una spatola fino a quando non avrà raggiunto una consistenza cremosa e densa.
- Trasferire il porridge in una ciotola
- Nel frattempo tagliare l'ananas a fette e farcirlo con yogurt oppure quark
- Decorare con frutta secca e dei chicchi di melagrana



