

Compota de Fruita tropical

Aquesta compota és ideal per servir-la en 8 bols de vidre o en un bol gran de vidre.

100 g de mango deshidratat
100 g de papaia o albercoc
400 ml de Suc de Taronja
2 bosses de te negre

El suc d'una llima fresca
2 cullerades soperes de mel clara
1 terrina de Iogurt Grec o nata
Paquet de Galetes

- 1.** Aboqueu el suc de taronja en una cassola petita.
- 2.** Afegiu-hi les bosses de te i feu-ho bullir.
- 3.** Barregeu-ho, traieu-ho del foc i afegiu-hi la fruita en peces.
- 4.** Deixa-ho durant uns 30 minuts.
- 5.** Traieu les bosses de te, i afegiu-hi la mel. Coeu-ho a foc lent una altra vegada durant 15 minuts.
- 6.** Deixeu que es refredi durant una nit.
- 7.** Formeu una base amb les galetes i poseu-hi la compota al damunt. Per acabar, poseu-hi el iogurt o la nata al damunt.

Aquesta recepta ens la va enviar la Sara (Anglaterra)