

## Macedonia esotica profumata ai semi di finocchio



### Ingredienti

- 300 g di mango
- 200 g di avocado
- 40 g di zucchero semolato
- 2 cucchiaini semi di finocchio
- 250 g di papaia
- 100 g di cocco fresco
- 20 g succo lime

- **Portata: Dolci**
- **Tempo: 15"**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 308.50 Kcal**

---

## Preparazione

- Versare quasi tutti i semi di finocchio in un mortaio, aggiungere 1 cucchiaio di zucchero e pestare.



- Porli in una ciotola con lo zucchero rimasto, il succo di lime e 2 cucchiai di acqua a temperatura ambiente. Lasciare riposare per 15 minuti.



- Intanto lavare e sbucciare il mango, la papaia e l'avocado. Snocciolare il mango e l'avocado, poi eliminare i semi dalla papaia.



- Tagliare a spicchi il mango, a cubetti la papaia e l'avocado a fettine sottili il cocco.
- Raccogliere tutto in una ciotola.



- Irrorare con l'infusione di semi di finocchio filtrata.

