

COMPOTE DE POMMES



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 3 pommes = 300g
- Eau 100mL
- Facultatif : miel 1 càc

Astuces :

- Ajouter de la cannelle, du quatre épices ou de la cardamome.
- Ajouter les grains d'une gousse de vanille.
- Remplacer 1/3 de pommes (= 100g) par d'autres fruits : fraises ou framboises (fraîches ou surgelées), kiwi, banane.
- Remplacer le miel par du sucre vanillé.

Préparation : 10 minutes | Cuisson : 20 minutes
Repos au frais : 1 heure | Pour 2 à 3 personnes

1. Peler les pommes, enlever le trognon et les couper en cubes de 2 cm de largeur.
2. Dans une casserole : faire cuire les pommes avec l'eau et le miel pendant 20 minutes sur feu moyen avec un couvercle.
3. Mixer le tout.
4. Laisser refroidir à température ambiante puis 1h au frais avant de servir.



@Recettes100faim.fr