

COMPOTE POMMES FRAISES SANS SUCRES AJOUTÉS

La cuisine de Laëty

la-super-cuisine-de-laety.over-blog.com

Ingrédients : 650g de Compote (j'ai réalisé 5 pots de 130g)

- 5 Pommes
- 300g Fraises
- 1 CS Vanille en poudre (gousse, extrait, arôme, poudre...)
- 15g Jus de citron

Recette réalisée au Thermomix, MCC OU Autres Robots :

- > Eplucher et Couper en morceaux les pommes et les fraises
- > Mettre tous les ingrédients dans le bol
- > Programmer 20 Min / 90°C / Vit 1
- > Mixer 20 Sec / Vit 6
- > Verser la compote dans des pots hermétiques
- > j'ai réalisé 5 pots de 130g
- > je les conserve 7 jours au réfrigérateur
- > Au congélateur et je les sors la veille pour le lendemain