

Jablkový krém

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 20 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Jablká nakrájané na plátky zmiešame v hrnci s (hnedým) cukrom a prilejeme 100 ml horúcej vody. Varíme na miernom ohni, kým jablká úplne nezmäknú a nerozvaria sa do krémovej konzistencie (pre dosiahnutie čo najjemnejšej konzistencie môžeme použiť ručný mixér). Vzniknuté jablkové maslo natrieme na cereálne chlebíky (12 ks) a posypeme vlašskými orechmi a ľanovými semienkami.

Ingrediencie

- **Jablká červená** - 300 g
- **Vlašské orechy jadrá** - 40 g
- **Pitná voda nesýtená** - 100 g
- **Cukor kryštál** - 70 g
- **RACIO BIO ryžové s amarantom 140 g** - 50 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

