

Domáci jablčný kompót Do 20 min



Nutričné hodnoty

Energia 149 kcal / **Bielkoviny** 1 g / **P** (fosfor) 25 mg / **K** (draslík) 293 mg / **Na** (sodík) 15 mg

Ako na to?

Olúpané jablká nakrájame na mesiačiky, zalejeme hrnčekom vody a pridáme cukor s korením. Necháme prejsť varom a varíme na miernom ohni. Necháme vychladnúť.

Čo budete potrebovať?

veľké jablká	2
cukru	1 lyžička
klinček, škoric, badián	