

Jablkové pyré Do 30 min



Nutričné hodnoty

Energia 73 kcal / **Bielkoviny** 0,6 g / **P** (fosfor) 18 mg / **K** (draslík) 210 mg / **Na** (sodík) 9 mg

Ako na to?

Očistené jablka nakrájame na kocky, podlejeme vodou, pridáme badián, cukor a dusíme. Vychladnuté jablká rozmixujeme a podávame.

Čo budete potrebovať?

kyslejšie jablko	150 g
cukor	2 g
badián	