Recettes cookeo compotes pommes fraises



Recettes cookeo compotes pommes fraises

120 CALORIES 2 PP 2 SP

Ingrédients pour 3 petits pots

30 g de sucre en poudre

200 g de fraises

500 g de pommes (environ 5 pommes)

50 ml d'eau

Préparation

Déposez un à un les ingrédients en commençeant par les pommes puis les fraises coupées en morceaux .

Saupoudrez de sucre . Mélangez l'ensemble des ingrédients.

Ajoutez les 50 ml d'eau .

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 6 mn .

Mixez les ingrédients et versez dans des pots à confiture. Retournez les pots pour les rendre hermétiques .



Compote pommes fraises



Ingrédients pour 3 petits pots

30 g de sucre en poudre

200 g de fraises

500 g de pommes (environ 5 pommes)

50 ml d'eau

Déposez un à un les ingrédient commençeant par les pommes

fraises coupées en morceaux.

Saupoudrez de sucre Mélange



https://www.facebook.com/cookeorecettes/

Préparation

Déposez un à un les ingrédients en commençeant par les pommes puis les fraises coupées en morceaux. Saupoudrez de sucre .Mélangez l'ensemble des ingrédients. Ajoutez les 50 ml d'eau.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression Programmez 6 mn.

Mixez les ingrédients et versez dans des pots à confiture. Retournez les pots pour les rendre hermétiques.

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/