# 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 .

Cookeo

Moulinex

**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

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/