

Dijetalni kompot od jabuka



težina: **lako**

za: **4 osoba**

vreme pripreme: **15 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **1 kg**jabuka
- **1 l**vode
- **1 kesica**cimeta

Priprema

Oljuštiti i ocistiti jabuke. Iseckati ih na kocke i staviti u toplu vodu da provre. Nakon toga dodati cimet i kuvati dok ne postanu meke. Skloniti sa vatre, ostaviti da se prohladi i nakon toga rashladiti u frižideru. Služiti hladne kao napitak ili užinu. Idealno kad vam se tokom dijete prijede nesto slatko.

Savet

Za ne dijetalnu verziju možete dodati šećer i kompot služiti sa šlagom i keksom.