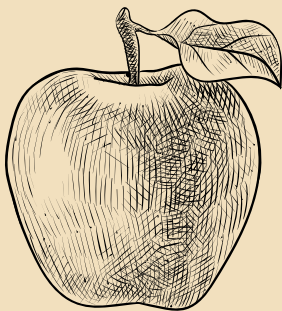




APFEL-ZIMT-JAMU KOMPOTT

ZUTATEN

- 1-2 Äpfel
- 2-3 EL Ahornsirup
- 1 kl. TL Kokosöl
- 1/2 TL jamu:MAGIC
- 1/2 TL Zimt



PREP TIME: 10 MINS

SO WIRD'S GEMACHT

- Äpfel in kleine Stücke schneiden und dabei das Kerngehäuse entfernen.
- Kokosöl in einem Topf erhitzen.
- Die Apfelstücke mit dem Sirup in den Topf geben und bei mittlerer Hitze dünsten bis die Äpfel weich sind.
- Zimt und jamu:MAGIC dazu geben und noch einmal kurz erhitzen.
- Schon ist dein herrlich duftendes Apfelkompott fertig. Genieße es pur oder mit deinem Lieblings Porridge oder Müsli.

