

proposé par: Lydie à dim 26 oct 2008 10:20:49 CET



description

Un petit dessert tout simple à faire

ingrédients

- 60 grs de sucralose
- 1 paquet de sucre vanillé
- 2 verres d'eau
- 1 kg 500 de pommes

préparation

- Eplucher les pommes. Oter le coeur et les pépins. Couper en morceaux grossiers
- Metter les pommes dans une casserole avec l'eau, le sucralose et le sucre vanillé
- Cuire à feu doux 20 minutes, jusqu'à ce que les pommes s'écrasent. Si elles ne sont pas cuites, remettre sur le feu, toujours doux, 10 mn par 10 mn

- Mixer le contenu

- Après les avoir mis en pot ou autre. Vous pouvez les mettre au congélateur, comme cela vous aurez toujours un dessert à portée de main

**remarques **

durée&nbsp;	1 heure	difficulté&nbsp;	très facile
nb de personnes&nbsp;	4 personnes	assaisonnement	
origine pays/région&nbsp;		coût&nbsp;	
végétarien&nbsp;	1	sans lactose	1
diététique	1	sans gluten	1
kilo-calories		kilo-joules	
lipides		unités de glucides	
protéines		glucides	