

Apfelkompott mit Rosinen

Für 2 Personen

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

135 kcal • 1g Fett • 6%

Zutaten

4 säuerliche Äpfel

3 EL Rosinen

50ml Apfelsaft

1 EL Apfelgelee

1 Zimtstange

flüssiger Süßstoff

Zubereitung

1. Die Äpfel schälen, entkernen und in Spalten schneiden.
2. Die Rosinen waschen und abtropfen lassen.
3. Den Apfelsaft in einen kleinen Topf geben und erwärmen. Die Apfelspalten, die Rosinen und die Zimtstange dazugeben und etwa 10 Minuten auf kleiner Flamme dünsten.
4. Das Apfelkompott nach Belieben mit flüssigem Süßstoff süßen, die Zimtstange herausnehmen und abkühlen lassen.

Tipp: Dazu passt Vanillesauce aus fettarmer Milch.