ЗАКУСКА

Крем от слива и ябълка



Крем от сливи и ябълка: естествено сладък, без добавена захар и с кадифена текстура. Сливите дават фибри, ябълката носи витамин C; подходящ за бебета над 8 месеца.

Подготовка: 5 мин **Готвене:** 10 мин **Общо:** 15 мин **Порции:** 3
Възраст: От 8 месеца **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Глутен

Съставки

- 2 зрели сливи (обелени и без костилки)
- 1 средна ябълка (обелена и нарязана)
- 2-3 с.л. вода
- Щипка канела (по желание)

Начин на приготвяне

1. Подготовка: Обелете ябълката и я нарежете на малки парченца. Обелете сливите, отстранете костилките и ги нарежете по същия начин.
2. Готвене: Сложете плодовете в малка тенджера с 2-3 с.л. вода и ги задушете на тих огън 8-10 минути, докато омекнат напълно.
3. Пасиране: Пасирайте до гладка консистенция. Ако предпочитате по-рядък крем, добавете 1-2 с.л. топла вода. По желание разбъркайте и щипка канела.
4. Сервиране: Поднесете леко охладен в купичка. Вкусен е и самостоятелно, и върху овесена каша или бебешки бисквитки.

Съхранение

- Съхранявайте крема в затворен буркан в хладилник до 2 дни.
- Преди поднасяне разбъркайте леко и оставете крема да стигне до приятна за детето температура.

Замразяване

- Разсипете крема във формичка за лед и замразете, след което съхранявайте кубчетата в торба за фризер до 1 месец.
- Размразете едно или няколко кубчета в хладилник или ги затоплете леко преди поднасяне.

Съвети

- Простотата на тази рецепта е нейната суперсила. Два плода, малко вода и минути от времето ви са достатъчни за нещо наистина вкусно и здравословно. Кремът от слива и ябълка е един от онези вечни класици, към които ще се връщате при всеки сезон.
