

 3 pers.

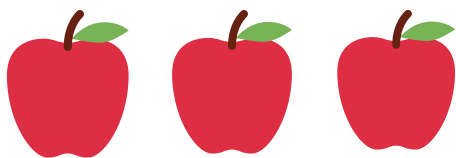
 10 min

# COMPOTE MULTIVITAMINÉE

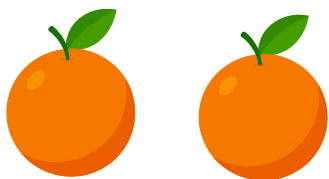
## Ingédients



500 g de carottes



3 pommes



2 oranges



1 c. à soupe de miel



épices : cannelle



## Préparation

1

Laver et couper l'ensemble des carottes et des pommes en gros morceaux.



2

Cuire à feu moyen dans une casserole avec un fond d'eau.



3

Une fois la compote cuite et mixée, ajouter le miel si besoin, la cannelle en poudre et verser le jus des 2 oranges.

