



weinig vital

ERNÄHRUNG UND BOWTECH

Ofen-Apfel

- Äpfel gut waschen, in grobe Stücke schneiden
- Geschnittene Datteln
- Gemahlene Mandeln
- Honig
- Limonensaft
- Zugeben und vermischen

In gebutterte Gratinform geben und bei 200° 20 – 30 Min. backen