Jabłko gotowane na parze nadziewane ryżem :



BABCIAGRAMOLKA

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

cukier do smaku	
jabłko	1 szt.
mus owocowy	5 łyżeczek (2 do dekoracji)
ryż	3 łyżeczki (ugotowany)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Z jabłka ściąć wierzch i wydrążyć . Wymieszać ryż z musem – dosłodzić jeśli trzeba do smaku .
Ułożyć w parowarze i gotować 15-20 minut od chwili gdy woda zacznie wrzeć .
Podawać na ciepło lub zimno polane z wierzchu resztą musu

Jeśli nie musi być na dietę można podać dodatkowo bitą śmietanę , rodzynki , kawałeczki czekolady – co kto lubi)