



MELA BRULÉ

un'alternativa analcolica al classico vin brulé

 5 minuti

 20 minuti

 5 porzioni

INGREDIENTI

- 1000 grammi di succo di mela
- 1 unità grande di arance (200 g) biologica
- 2 stecche di cannella
- 4 chiodi di garofano
- 2 bacche di anice stellato

COME PREPARARE LA RICETTA

1° Versare il succo di mele e le spezie in un pentolino. Aggiungere la scorza dell'arancia tagliata sottile e portare a bollore. Lasciar bollire dolcemente per 10 minuti. Da servire caldissimo! A piacere si può aggiungere del cardamomo alle spezie e qualche fettina di mela essiccata per guarnire la tazza.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE [234 g]	% AR
ENERGIA	44 kcal	103 kcal	5 %
PROTEINE	0 g	1 g	1 %
CARBOIDRATI	10 g	24 g	9 %
ZUCCHERI	10 g	23 g	26 %
LIPIDI	0 g	0 g	0 %
GRASSI SATURI	0 g	0 g	0 %
FIBRE ALIMENTARI	0 g	1 g	3 %
SODIO	3 mg	6 mg	0 %