BONBONS MAISON SANS SUCRES AJOUTÉS
(DÈS 6 MOIS - ENVIRON 20 PETITS BONBONS)

LES INGRÉDIENTS

- 160 g de compote de pomme sans sucres ajoutés
- 2 g d'agar-agar
- Moule individuel en silicone ou moule à glaçons

LES CONSEILS DE JULIE

- Adaptés dès 6 mois : texture fondante et facile à saisir pour les petites mains.
- Recette modulable : à varier avec différents fruits pour découvrir de nouvelles saveurs (poire, abricot, pêche, mangue, framboise, fraise, myrtille...), possibilité d'ajouter de la vanille ou de la cannelle dans la compote pour varier les goûts.

LES PLUS DE LA RECETTE

- Fibres et micronutriments : les fruits apportent fibres et vitamines, favorables à la digestion et au développement de l'enfant.
- 100 % végétal : grâce à l'utilisation de l'agar-agar, gélifiant naturel issu d'algues.

LES ÉTAPES DE LA RECETTE

- Verser la compote de pomme dans une casserole.
- Ajouter l'agar-agar en poudre et bien mélanger au fouet pour éviter les grumeaux.
- Cuire le mélange : porter à ébullition et maintenir la cuisson 1 minute pour activer le pouvoir gélifiant de l'agar-agar.
- Mélanger régulièrement pour que la préparation reste homogène.
- Former les bonbons : Verser immédiatement la préparation encore chaude dans des petits moules en silicone (type moules à mini-bonbons ou à glaçons).
- Lisser la surface si nécessaire.
- Laisser prendre : réserver au réfrigérateur pendant au moins 1 heure, jusqu'à ce que les bonbons soient bien gélifiés.
- Démouler délicatement et conserver au frais dans les 48h.