

Яблочные мармеладки



На 100 грамм:
Калорийность: **66,06 ккал.**
Белки: **5,06 г.**
Жиры: **0,37 г.**
Углеводы: **10,17 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/yablochnye-marmeladki/>

Ингредиенты:

- яблоки - 300 г
- апельсиновый сок - 50 мл
- желатин - 20 г
- подсластитель - по вкусу

Приготовление:

Запекаем очищенные и порезанные на четвертинки яблоки 300 г в микроволновой печи 5 мин(600w) или полчаса в духовке.

Делаем из яблок пюре, добавляем к нему подсластитель и 50мл свежевыжатого апельсинового сока (можно без, просто больше яблок)

20 г желатина разводим в 50 мл воды(дальше по инструкции зависит от желатина) можно с агаром 1-2ч.л но нужно будет проварить агар с пюре. Смешиваем в формочки и в холод на 3-4 часа. Брала силиконовую прямоугольную 20-10 см потом разрезала и обваляла в измельчённой кокосовой стружке.