

Ягодная пастила



На 100 грамм:
Калорийность: **43.14 ккал.**
Белки: **0.8 г.**
Жиры: **0.44 г.**
Углеводы: **8.39 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/yagodnaya-pastila/>

Ингредиенты:

- 1 ст малины
- 1 ст клубники
- 1 ст черники
- 1 ст брусники
- 1/2 стакана натурального яблочного сока
- 1 чайная ложка лимонного сока
- 1/4 ч. ложки лимонной цедры

Приготовление:

Ягоды смешать со всеми ингредиентами, измельчить в блендере. Добавить немного воды и варить до загустения. Выложить на пергамент тонким слоем и высушить в духовке.