

# Äppelkräm på paleovis

## ÄPPELKRÄM

Receptet är för 4 portioner

4 st äpplen

5 dl kokosmjölk

1 msk kanel

## HUSGERÅD

Skalkniv

Måttsats

Kastrull

# Äppelkräm på paleovis

## Äppelkräm på paleovis

Så här gör du

- Skala och dela äpplena i mindre bitar
- Häll kokosmjölken i en kastrull
- Lägg i äppelbitarna
- Smaksätt med kanel efter smak och tycke, vi tog 1 msk vilket gav en fyllig kanelsmak
- Rör samman och låt koka på svag värme i ca 45 minuter
- Rör om då och då
- Häll upp krämen i en skål eller liknande och låt den svalna något

[Äppelkräm](#) of type unknown

Ät din äppelkräm ljummen eller kall med lite kokosmjölk till, mums.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore \[shoppingcarticon\]](#)