

Blog kulinarny „Zdrowie na talerzu” w ramach kampanii edukacyjnej

„Walka z nadwagą i otyłością”



v Rozgrzewający kompot na jesienne wieczory

Składniki:

- 2 litry wody
- 5 jabłek
- 3 gruszki

- 30 dkg śliwek węgerek
- 6 plasterów świeżego imbiru
- 6 goździków
- Kilka plasterów pomarańczy