

Äppelmos med honung

Äppelmos med honung

Äppelmos är perfekt på gröten, som ingrediens i desserter eller går bra att använda i bakning där det kan ersätta smör/kokosolja helt eller delvis och gör att bakverket blir saftiga utan tillsatt fett. Tänk på att frysa in moset i småburkar om du gör en större sats då hållbarheten inte är längre än en vecka.

Ca 250 ml färdigt äppelmos

Ingredienser

10 små äpplen

En skvätt vatten

1 stor msk [honung](#)

1 tsk äkta [vaniljpulver](#) (valfritt)

1 tsk kanel (valfritt)

Gör så här

Skala, ta bort kärnhus och skär äpplena i bitar, ca 1-2 cm kuber.

Häll alla ingredienser i en kastrull och låt det koka ihop

Koka till allt har blivit till ett mos

Låt svalna och häll upp i en burk