

## Composta mele e pere

Preparazione: 5 min • Cottura: 15 min

### Per bambini da 10 mesi in su

1 mela golden  
1 pera  
½ bustina di zucchero vanigliato

**Sbucciare**, togliere i semi e tagliare la frutta a pezzi grossi. Porre la frutta in un pentolino con 3 cucchiaini di acqua, lo zucchero vanigliato e far cuocere per 15 minuti a fuoco lento. Lasciare intiepidire.

**Mettere** la frutta cotta nel bicchiere piccolo e frullare per 30 secondi alla velocità 3.

## Sale mediterraneo

6 foglie di alloro  
2 cucchiaini di pepe rosa  
2 cucchiaini di timo  
2 cucchiaini di pepe verde

*Un tocco estivo sui vostri pesci o carni bianche...*

## Miscuglio di 5 spezie

2 cucchiaini di grani di pepe nero  
3 anici stellati  
2 cucchiaini di semi di finocchio  
2 bastoncini di cannella  
6 chiodi di garofano

**In** una padella in inox con fondo spesso far tostare a fuoco medio i grani di pepe.

**Mescolare** per 1 o 2 minuti e poi mettere da parte. Ricominciare la stessa operazione separatamente per ogni spezia.

**Introdurre** le spezie tostate nel bicchiere piccolo, frullare a velocità 3 per circa 10 secondi fino ad ottenere una polvere molto sottile. Versare in un recipiente in vetro con chiusura ermetica. Si conservano per 1 mese.

