COMPOTE DE POMMES ET BANANE2 pommes pelées et épépinées  
1 banane  
Au choix; cannelle, cardamone moulue, muscade moulue, gingembre  
frais ou moulu.  
Mettre le tout au robot ou dans un mélangeur jusqu’à consistance  
désirée.  
Mettre dans un bol ajouter une poignée de petits fruits, ou de raisins  
secs