



2A

Vegetarian

## Suikervrije stoofpeertjes



Bereidingstijd  
75 minuten



Porties  
Voor 4 personen

### Bereidingswijze

- 1 Schil de peren (laat de steeltjes eraan zitten) en doe ze in een pan. Giet er zoveel water bij dat ze onder staan. Voeg alle ingrediënten toe en breng
- 2 het geheel aan de kook. Zet het vuur laag en laat de peertjes minimaal een uur stoven.

### Ingrediënten

- ☐ 300 g Gieser Wildeman stoofpeertjes
- ☐ 1 kaneelstokje
- ☐ 2 vanillestokjes, doormidden gesneden
- ☐ 1 steranijs
- ☐ 1 kruidnagel

### Voedingswaarden per persoon

|              |         |
|--------------|---------|
| Energie      | 41 kcal |
| Koolhydraten | 8 g     |