**Owoce suszone Kresto – idealne do jesiennych specjałów**

**Sezon letni to czas, kiedy na naszych stołach królują świeże owoce i to one stanowią bazę większości deserów oraz ciast. W chłodniejszych miesiącach nie trzeba jednak rezygnować z najlepszych darów natury. Z powodzeniem można znaleźć dla nich godne zastępstwo w postaci suszonych owoców marki Kresto: rodzynek, moreli, śliwek czy żurawiny. Te pyszne i zdrowe dodatki nie tylko odmienią smak jesiennych specjałów, ale również będą cennym źródłem witamin i składników mineralnych.**

Wraz z nadejściem jesieni i niskich temperatur większość z nas zmienia swoje nawyki żywieniowe. Chętniej niż latem sięgamy po rozgrzewające potrawy, a zimne desery i przekąski zastępujemy domowymi wypiekami i serwowanymi na ciepło specjałami. Do potraw dodajemy też składniki, które pomagają wzmocnić odporność organizmu w sezonie przeziębień. Dobrym sposobem na wzbogacenie diety w wartościowe mikroelementy i witaminy są suszone owoce, które jesienią są dużo łatwiej dostępne niż produkty świeże. Ich ogromnym atutem jest fakt, że można je spożywać bezpośrednio z opakowania, traktując jako zdrową oraz szybką przekąskę w pracy czy szkole, jak i dodawać do wielu jesiennych dań. Szczególnie dobrze komponują się one z deserami, ciastami i słodkimi potrawami śniadaniowymi. Poranna owsianka lub rozgrzewająca jaglanka z miodem, rodzynkami i suszonymi morelami marki Kresto stanie się prawdziwą bombą witaminową i będzie znakomitym zastrzykiem energii nawet w najchłodniejszy dzień. Suszone śliwki z powodzeniem można wykorzystać z kolei do zrobienia domowego kremu do smarowania kanapek lub też pożywnego śliwkowo-orzechowego deseru. Owoców marki Kresto nie może także zabraknąć podczas przygotowywania sezonowych wypieków. Ciasto marchewkowe z dodatkiem imbiru i rodzynek to prawdziwa jesienna klasyka, a zwykły keks wzbogacony kostkami mango lub ananasa zachwyci nawet najbardziej wybrednego smakosza. Wielbiciele słodkich eksperymentów powinni w tym sezonie spróbować także wegańskiego jagielnika z rodzynkami Kresto lub domowych ciastek owsianych z tartym jabłkiem, masłem orzechowym i żurawiną. Suszone owoce warto jesienią wykorzystać jeszcze w jednym celu – do stworzenia zdrowej i pysznej granoli. Świetnie sprawdzi się ona jako dodatek do jogurtu naturalnego czy ciepłego budyniu, a ponadto można ją dodać do zapiekanych pod kruszonką owoców sezonowych: jabłek, śliwek lub gruszek.