

Bitą śmietana z marakują

Ten deser można podawać od razu lub po schłodzeniu (należy go wówczas wstawić na 2 godziny do lodówki).

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

15 minut

LICZBA PORCJI:

4

SKŁADNIKI:

200 ml śmietany kremówki
2 łyżki cukru pudru
1 łyżeczka esencji waniliowej
150 ml przecieru z marakuji
8 ciasteczek migdałowych, do podania

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Ubić mikserem śmietanę, cukier puder i esencję waniliową na niezbyt sztywną masę.
- 2) Dużą metalową łyżką lub gumową łopatką wymieszać bitą śmietanę z większością przecieru owocowego. Zostawić trochę do dekoracji. Nie należy mieszać zbyt energicznie, żeby bita

śmietana nie opadła.

3) Przełożyć deser do kieliszków deserowych o pojemności 150 ml. Na wierzch nałożyć resztę przecieru owocowego. Podawać z ciasteczkami migdałowymi.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 335 kcal, 4 g białka, 25 g tłuszczów (15 g NKT), 26 g węglowodanów (22 g cukrów), 5 g błonnika, 18 mg sodu

Źródło zdjęcia: Shutterstock