Cranachan

Ten tradycyjny smakołyk szkocki przyrządza się szybko i prosto, a pożywne zestawienie śmietanki, serka naturalnego, kaszki owsianej i świeżych owoców tworzy wspaniały deser na specjalne okazje.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

35 minut

LICZBA PORCJI:

4

SKŁADNIKI:

5 łyżek płatków owsianych
150 ml śmietanki kremówki
150 g serka naturalnego
2 łyżki płynnego miodu
2 łyżki whisky
400 g malin

PRZYGOTOWANIE:

1) Mocno rozgrzać opiekacz. Rozłożyć płatki owsiane na blasze, wstawić na 3–4 minuty do piekarnika, żeby się trochę przyrumieniły. Wyjąć i odstawić na 15 minut, żeby ostygły.

2) Utrzeć w misce kremówkę z serkiem na gęsty krem. Dodać miód i whisky. Wrzucić 4 łyżki płatków i wymieszać.

3) Zachować kilka malin do dekoracji. Układać pozostałe owoce i krem warstwami w 4 pucharkach, zaczynając od malin i kończąc warstwą kremu.

4) Posypać każdą porcję płatkami owsianymi i udekorować resztą malin. Podawać natychmiast lub chłodzić godzinę w lodówce.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 317 kcal, 7 g białka, 20 g tłuszczów w tym 11 g NKT, 43 mg cholesterolu, 26 g węglowodanów w tym 14 g cukrów, 4 g błonnika, 33 mg sodu

Źródło zdjęcia: Adobe Stock