

# Płacek brzoskwińowo-kokosowy

Smaczny i szybki deser na każdą okazję.

---

## SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

## CZAS PRZYGOTOWANIA:

35 minut

## LICZBA PORCJI:

8

---

## SKŁADNIKI:

85 g wiórków kokosowych  
50 g migdałów, posiekanych  
70 g cukru  
2 łyżki mąki  
szczypta soli  
2 białka, lekko ubite  
1/2 łyżeczki esencji migdałowej

## NADZIENIE

400 ml śmietany kremówki, ubitej  
6 brzoskwiń, pokrojonych w plasterki  
100 g cukru lub miodu

## PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać w misce wiórki kokosowe z migdałami, cukrem, mąką i solą. Dodać białka i esencję migdałową. Wymieszać. Wyłożyć tortownicę folią aluminiową. Natłuścić folię. Rozprowadzić ciasto w tortownicy.

2) Piec 20 minut w temperaturze 160°C. Ostudzić.

3) Wymieszać brzoskwinie z cukrem i ułożyć je na wierzchu. Posmarować bitą śmietaną.

### **WARTOŚCI ODŻYWCZE:**

1 porcja zawiera: 358 kcal, 21 g tłuszczów (w tym 12 g NKT), 41 mg cholesterolu, 103 mg sodu, 42 g węglowodanów, 3 g błonnika, 4 g białka