Śliwki z bitą śmietaną

Śliwki są dostępne od czerwca do listopada. Najlepsze są mięsiste, miękkawe, o słodkiej woni. Właśnie takie będą się świetnie nadawały do tego deseru.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 minut

LICZBA PORCJI:

4

SKŁADNIKI:

900 g śliwek węgierek, pokrojonych w plasterki
150 g dżemu z czerwonej porzeczki
110 g brązowego cukru
1 kawałek skórki okrojonej z pomarańczy
1 kawałek cynamonu
200 ml śmietany kremówki
1 łyżka cukru pudru
1/2 łyżeczki esencji waniliowej
biszkopty, bita śmietana i plasterki śliwek, do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać w rondlu śliwki z dżemem, brązowym cukrem, skórką

pomarańczową i cynamonem. Doprowadzić do wrzenia. Zmniejszyć ogień i gotować 15 minut. Mieszać od czasu do czasu.

2) Zdjąć z ognia i lekko przestudzić. Usunąć skórkę pomarańczową i cynamon. Rozgnieść śliwki. Przykryć i wstawić do lodówki.

3) Ubić lekko śmietanę. Dodać cukier puder i esencję waniliową. Ponownie ubić śmietanę.

4) Przełożyć część duszonych śliwek do czterech wysokich pucharków. Nałożyć na nie bitą śmietanę,
a następnie śliwki i ponownie bitą śmietanę. Dekorować rurkami, bitą śmietaną i śliwkami.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 499 kcal, 23 g tłuszczów (w tym 14 g NKT), 82 mg cholesterolu, 33 mg sodu, 76 g węglowodanów, 2 g błonnika, 2 g białka

Źródło zdjęcia: Adobe Stock