

Zapiekana bułka z brzoskwinia

Brzoskwinie z puszki, wraz z sokiem, można przełożyć do zamykanego pojemnika i przechowywać w szczelnym pojemniku w lodówce do tygodnia. Dodawać do deserów i sałatek owocowych.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

10 minut

LICZBA PORCJI:

2

SKŁADNIKI:

4 kromki ciasta drożdżowego
1 łyżka dżemu malinowego
2 brzoskwinie, bez pestek, pokrojone w cząstki, lub 12 plasterków brzoskwini z puszki, dobrze osączone
2 łyżki serka mascarpone
1 łyżka płatków migdałów, uprażonych

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Rozgrzać piekarnik do temperatury 180°C.
- 2) Posmarować kromki bułki dżemem i ułożyć na blasze do pieczenia, dżemem do góry.

3) Ułożyć na bułkach kawałki brzoskwini (we wzór wachlarza).
Zapiekać 5 minut.

4) Udekorować deser kleksem z mascarpone.
Posypać migdałami.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 664 kcal, 11 g białka, 23 g tłuszczów (12 g tłuszczów nasyconych), 102 g węglowodanów (74 g cukrów), 10 g błonnika, 373 mg sodu.

Źródło zdjęcia: Shutterstock