

Deser "trochę zimy - trochę lata"



FUTKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

truskawki	400 g
jogurt naturalny	200 g
rodzynki	2 łyżki
jabłka suszone	1 garść
cynamon Prymat	0,5 łyżeczki
miód	
ksylitol	
orzeszki ziemne	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

KROK 1 Propozycja na smaczny i pożywny deser owocowo - jogurtowy z orzechami. Deser łączy w sobie letni smak truskawek z cynamonowo - miodowym jogurtem z suszonymi jabłkami i rodzynekami, kojarzącymi się z okresem zimowym. Całość puentują orzeszki ziemne. To połączenie rozpieszcza nasze kubki smakowe i przenosi nas w przeciwnie do siebie pory roku - jednakże całość jest płynna i świetnie razem współgra :)

PRZYGOTOWANIE:

Rodzynki parzymy wrzątkiem i studzimy.

Do miseczki dodajemy jogurt, pokruszone jabłka suszone, ostudzone rodzynki, cynamon i dosładzamy całość miodem - wszystko dokładnie mieszamy.

KROK 2 Truskawki (świeże lub mrożone) miksujemy za pomocą blendera na jednolitą i gładką masę.

Powstałą masę delikatnie dosładzamy cukrem brzożowym.

KROK 3 Orzeszki ziemne rozbijamy w młynku.

Na sam koniec komponujemy nasz deser:

Do pucharka lub szklanki nakładamy na przemian masę truskawkową i jogurtową. Całość posypujemy pokruszonymi orzeszkami ziemnymi.

Gotowy deser schładzamy w lodówce.

Życzę smacznego! :)