





Dietetyczny sernik na zimno

 9anetka9


Polecane na: [ciasta](#), [desery](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 180 min

 łatwy

 10 porcji

Składniki:

twaróg chudy mielony - 250 g
jogurt naturalny gęsty - 360 g
jogurt brzoskiniowy - 400 g
żelatyna - 20 g

aromat śmietankowy - 1 łyżeczka
fruktoza/ stewia / miód - do smaku
truskawki - kilka
galaretka truskawkowa - 1 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Galaretkę truskawkową rozpuść w 400 ml gorącej wody i odstaw do lekkiego stężenia.

KROK 2: Twaróg zmiksuj z fruktozą/ stewią / miodem. Dodawaj jogurt ciągle miksując. Dodaj aromat śmietankowy.

KROK 3: Żelatynę wsyp do około 60-70 ml gorącej wody i dokładnie rozpuść. Do rozpuszczonej żelatyny dodaj parę łyżek masy jogurtowej i wymieszaj by wyrównać temperaturę.

KROK 4: Żelatynę wlewaj bardzo powoli do masy jogurtowej cały czas miksując.

KROK 5: Masę wylej do tortownicy, wyrównaj powierzchnie i odstaw do lodówki.

Gdy masa jogurtowa stężyje poukładaj na niej pokrojone w plastry truskawki i zalej tężejącą galaretką truskawkową. Wstaw do lodówki na 3h