




Owsiane ciastka z truskawkową galaretką

 healthy-dreams


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

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

truskawki - 100 g
woda - 2 szklanka
ksylitol - 2 łyżka

płatki owsiane - 6 łyżka
cynamon - 1 łyżeczka
agar agar - 2 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: w miseczce mieszamy płatki, ksylitol, cynamon i łyżeczkę agaru

KROK 2: szklankę wody zagotowujemy, do gotującej się wody wsypujemy zawartość miseczki- gotujemy ok 3 min stale mieszając
gotową masę przekładamy do aluminiowych foremek- odstawiamy do stężenia

KROK 3: truskawki blendujemy na mus

KROK 4: szklankę wody gotujemy- dosładzam ksylitolem i dodajemy agar- stale mieszamy ok 3 min
gotowy agar mieszamy ze zblendowanymi truskawkami- kładziemy jako kolejną warstwę na ciastka

KROK 5: ciastka odstawiamy do stężenia na ok 1h- po czym możemy je wyciągać z foremek