



## Wege goji ciasto z galaretką owocową

 healthy-dreams


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

Kuchnia (region): [arabska](#)

### Warto wiedzieć:

 20 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

amarantus ekspandowany - 5 łyżka	maliny - 1 garść
jagody goji - 4 łyżka	jerzyny - 1 garść
ziarna konopii - 2 łyżka	woda - 1 szklanka
agar agar - 1 łyżeczka	ksylitol - 2 łyżka
borówki - 1 garść	

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** jagody goji zalewamy niewielką ilością wrzącej wody, odstawiamy na 5 min, ziarna konopii mielimy

**KROK 2:** jagody goji blendujemy razem z ziarnami konopii i amarantusem- przekładamy do aluminiowej formy

**KROK 3:** szklankę wody zagotowujemy, dodajemy agar i ksylitol- energicznie mieszamy, gotujemy ok 3 min

**KROK 4:** owocami dekorujemy wyłożony wcześniej spód ciasta, po czym całość zalewamy agarem- odstawiamy do stężenia (wystarczy temp pokojowa)