Biszkopt jaglany z owocami

foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Warto wiedzieć:

60 min | średni | 12 porcji

Składniki:

- kasza jaglana - 2/3 szklanka
- mąka owsiana lub zmielone płatki owsiane - 4 łyżka
- mleko - 4 łyżka
- jajko - 6 szt.
- ksylitol/erytrol lub inny słodzik - 4 łyżeczka
- daktyle - 1 garść
- maliny - 1 garść
- jagody - 1 garść

Dodatkowe info:

Biszkopt jaglany z owocami to jeden z moich faworytów wśród zdrowych wypieków!
Kasza jaglana sprawdza się w nich idealnie!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę jaglana uprażyć na suchej teflonowej patelni, opłukać i ugotować w wodzie do całkowitej miękkości.

KROK 2: Do ugotowanej kaszy dodać mleko i zblendować na gładką masę.

KROK 3: Daktyle sparzyć wrzątkiem i zblendować.

KROK 4: Oddzielić białka od żółtek i ubić na sztywną pianę.

KROK 5: Żółtka zbendować z daktylami i ksylitolem, dodając po łyżce masy z kaszą, tak do całkowitego połączenia składników.

KROK 6: Do ubitych wcześniej białek dodawać masę, powoli mieszając.

KROK 7: Na koniec dodać mąkę owsianą i również delikatnie wymieszać.

KROK 8: Całość przełożyć do formy wyłożonej papierem do pieczenia (lub sylikonowej) i piec około 40 minut w temperaturze 170 stopni (termoobieg).

KROK 9: Po upieczeniu uchylić drzwi piekarnika, a ciasto pozostawić do wystygnięcia.

KROK 10: Gotowy biszkopt podawać z malinami i borówkami.