





Budyn z tofu z bitą śmietaną i owocami

 Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: [desery](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 2 porcje

Składniki:

tofu naturalne - 2 szt.
napój owsiany - 300 ml
erytrytol - 2 łyżka
skrobia ziemniaczana - 2 łyżka

wegańska bita śmietana - 6 łyżka
gorzka czekolada - 1 kostka
maliny świeże - 1 garść
borówki - 1 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Tofu zblendować z napojem owsianym oraz erytrytolem.

KROK 2: Odląć 1/4 szklanki mleka z tofu, wymieszać w tym skrobię ziemniaczaną.

KROK 3: Pozostałą część mleka z tofu zagotować, a następnie zmniejszyć "ogień" do minimum, wlać część ze skrobią bardzo energicznie mieszając.

KROK 4: Budyn przełożyć do miseczek, udekorować wegańską bitą śmietaną, owocami i pokruszoną gorzką czekoladą.