



Dietetyczna galaretka z soku winogronowego bez cukru z tartym jabłkiem

 Nikita

Polecane na: [desery](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 3 porcje

Składniki:

sok winogronowy bez cukru jasny (u mnie domowy) - 500 ml

tarte jabłko - 1 szklanka

żelatyna w płatkach (ilość wg zaleceń producenta na 500 ml) -

serek naturalny - 3 łyżka

wanilia - - szczypta

miód lub syrop klonowy do serka (odrobina) -

do podania: jagody liofilizowane - - trochę

Dodatkowe info:

Ja użyłam moich jabłek pasteryzowanych w słoikach, według tego przepisu: <https://gotujwstylueko.pl/przepisy/antonowka-w-sloikach->

Sposób przygotowania:

KROK 1: Żelatynę w listkach namoczyć na 5 minut, a następnie odcisnąć i rozpuścić w niewielkiej ilości gorącej wody, do żelatyny dodać kilka łyżeczek soku winogronowego i dobrze wymieszać. Połączyć z pozostałym sokiem winogronowym. Przełać do 3 pucharków. Odstawić na 15 minut, dodać po 2-3 łyżki tartego jabłka do każdej porcji. Odstawić do lodówki do stężenia.

Serek naturalny wymieszać z wanilią i odrobiną miodu lub syropu klonowego. Ułożyć po 1 łyżce na galaretkę i posypać np. liofilizowanymi jagodami lub innymi owocami. Podawać jako deser.