Kisiel jagodowy z kokosową pianką

mariola.mk

Polecane na: **desery**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

30 min

4 porcje

Składniki:

- Jagody mrożone 2beBio - 1 opakowanie
- Siemię lniane złote - 4 łyżka
- Miód - 4 łyżka
- Kokosowa śmietana do ubijania w puszcze - 1 szt.
- Andruty - 1 opakowanie
- Liofilizowane owoce sproszkowane - 4 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Puszkę z mleczkiem kokosowym do ubijania schładzamy wcześniej w lodówce.
Do garnka wsypujemy siemię lniane złote, przepłukujemy je i zalewamy wrzątkiem - 5 szklanek. Gotujemy wszystko co jakiś czas mieszając na małym ogniu (ja ściągam powstałą pianę podczas gotowania) ok. 20 minut. Odstawiamy do opadnięcia ziaren na dno i przelewamy część płynną bez nasion do blendera. Nasiona możemy wykorzystać do owsianki, jaglanki lub jeśli ktoś chce można wrzucić do blendera i zmiksować (ale ja wolę kisiel bez nasion, jest bardziej aksamitny).

KROK 2: Do lnianego kisielu dodajemy mrożone jagody i miód, miksujemy na gładką masę. Przelewamy do szklanek lub kielichów.

KROK 3: Mleczko kokosowe do ubijania miksujemy do chwili, gdy konsystencja jest ubita.

KROK 4: Z andrutów wyciskamy szklanką kółka i kładziemy je na kisiel (nie jest to konieczne, ale wtedy bita śmietana nie zatapia się w kisielu).

KROK 5: Wykładamy bitą śmietanę na wierzch deseru. Zdobimy andrutami i posypujemy proszkiem - liofilizowanymi owocami (np.

jagodami).