Kukurydziany galaretkowiec z chia

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Warto wiedzieć:

120 min | łatwy | 12 porcji

Składniki:

- kasza kukurydziana - 6 łyżka
- herbata owocowa - 2 szt.
- liście stevi - 1 łyżeczka
- nasiona chia - 5 łyżka
- mleko (dowolne) - 1,5 szklanka
- banan - 1 szt.
- agar - 4 łyżeczka
- połówki brzoskwiń - 5 szt.

Dodatkowe info:

Lekki, zdrowy galaretkowiec z nasionami chia! :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Herbatę zaparzyć w 1,5 szklanki wrzątku z dodatkiem stevi, po zaparzeniu wyciągnąć saszetki herbaty oraz listki stevi. Kaszę kukurydzianą ugotować we wcześniej przygotowanej herbacie i przełożyć do formy (wyłożonej folią spożywczą).

KROK 2: Odstawić do wystygnięcia, a następnie do schłodzenia w lodówce.

KROK 3: Banana zblendować z mlekiem- zalać nasiona chia i odstawić do lodówki na co najmniej 4 godziny.

KROK 4: Całość po namoczeniu zagotować, dodając agaru- 2 łyżeczki, po czym przełożyć na wcześniej przygotowany spód i ponownie odstawić do stężenia.

KROK 5: Brzoskwinie zblendować na mus, następnie zagotować dodając agar, porządnie wymieszać i wyłożyć na wierzch ciasta.

KROK 6: Całość odstawić do całkowitego stężenia.