Owocowa pianka bez cukru z jarmużem

Barbara Strużyna

Polecane na: **desery**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

30 min

1 porcja

Składniki:

- jabłka duże - 4 szt.
- gruszki średnie - 4 szt.
- witamina C w proszku (opcjonalnie) - 1 łyżeczka
- żelatyna w listkach - 20 g
- jarmuż świeży lub natka pietruszki - 100 g

Dodatkowe info:

Sok wyciśnięty z owoców nie jest klarowny, ma na sobie piankę, więc po dodaniu żelatyny nie otrzymujemy galaretki tylko taką piankę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Owoce myjemy, pozbawiamy ogonków i kroimy w kawałki.

KROK 2: Owoce przepuszczamy przez wyciskarkę, otrzymujemy ok 1 litr soku, dodajemy witaminę C, mieszamy. Odlewamy połowę soku do drugiego pojemnika i do pozostałej części dodajemy wyciśnięty jarmuż, otrzymujemy ładny zielony kolor i świeży smak.

KROK 3: Żelatynę w listkach dzielimy na dwie równe części (po 6 listków) i moczymy w wodzie przez 5 minut. Następnie wkładamy listki do rondelka z odrobiną wody i mieszamy na małym ogniu do rozpuszczenia żelatyny. Do rondelka wlewamy trochę soku, mieszamy a następnie łączymy z pozostałym sokiem. Przelewamy do

pucharków. Tak samo robimy z drugą częścią żelatyny i łączymy ją z sokiem z jarmużem. Schładzamy w lodówce.