Sernik dietetyczny :)

Zdrowie na języku

Polecane na: ciasta

Warto wiedzieć:

70 min | łatwy | 12 porcji

Składniki:

- Ser twarogowy - 1 kg
- Jajka - 4 szt.
- Budyń waniliowy - 1 opakowanie
- Kasza manna - 2 łyżka
- ksylitol / stewia / syrop z agawy - do smaku
- Budyń czekoladowy - opakowanie
- Mleko - 300 ml

Dodatkowe info:

Gorąco polecam. Na pewno nie pożałujecie...i nie przytyjecie :D

Sposób przygotowania:

KROK 1: Białka ubijamy. Pozostałe składniki łączymy i miksujemy, pod koniec dodajemy pianę z białek i delikatnie mieszamy.

KROK 2: Masę wylewamy do wyłożonej papierem do pieczenia tortownicy. Pieczemy w nagrzanym piekarniku ok. 45 minut w 180*. Aby zapobiec opadnięciu, po upieczeniu nie wyciągamy od razu! Czekamy do ostygnięcia piekarnika, którego drzwiczki lekko uchylamy.

KROK 3: Kiedy serniczek lekko przestygł, przygotowujemy masę czekoladową, czyli gotujemy budyń (opakowanie budyniu na 300 ml mleka z dodatkiem ulubionego słodzidła :) Wykładamy na wierzch ciacha i przyozdabiamy, u mnie banan i jagody goji :)