fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Cytrynowy posset z sosem malinowym bez cukru - przepis

Gęsty krem cytrynowy i gotowane maliny tworzą dwie wyraźne warstwy. Posset tężeje bez żelatyny, lecz wymaga spokojnego chłodzenia po ugotowaniu.

Czas przygotowania: 5 minut

Czas całkowity: około 3 godziny 30 minut

Porcje: 2 duże lub 4 małe porcje

Składniki

Krem cytrynowy

- 240 ml śmietanki o zawartości minimum 33% tłuszczu
- 60 g erytrytolu
- 40 ml soku cytrynowego
- skórka z 1 cytryny, bez białej części

Sos malinowy

- 150 g malin, świeżych lub mrożonych
- 1 łyżka erytrytolu

Przygotowanie krok po kroku

Sos malinowy

1. Maliny z erytrytolem gotuj na średnim ogniu około 10 minut, mieszając od czasu do czasu, aż zmiękną i puszczą sok.
2. Całkowicie wystudź i schowaj do lodówki.

Krem cytrynowy

1. Śmietankę, skórkę i erytrytol zagotuj w osobnym rondlu.
2. Gotuj łagodnie 8-10 minut, często mieszając, do rozpuszczenia słodzika i objętości około 240 ml; sprawdź miarką.
3. Zdejmij z ognia, wmieszaj sok. Opcjonalnie przecedź.

4. Studź 10-15 minut, do temperatury pokojowej.

Składanie i chłodzenie

1. Na dno pucharków nałóż zimny sos, delikatnie wlej krem.
2. Chłodź co najmniej 2-3 godziny, najlepiej całą noc, do stężenia.
3. Podawaj schłodzone, ewentualnie z sosem na wierzchu.

Uwagi

Uwaga: Nie gotuj gwałtownie: krem może stać się ziarnisty. Erytrytol może krystalizować.

Źródło przepisu: https://tatianachizganova.com/desserts/keto-sugar-free-lemon-posset-recipe/