fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

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

FundacjaPsychologiczna.pl

Galaretka mango z agarem bez cukru - przepis

Agar trzeba zagotować razem z musem owocowym. Galaretka zawiera naturalne cukry z mango i soku ananasowego.

Czas całkowity: 50 min

Składniki

Galaretka

- 400 g dojrzałego mango, waga po obraniu
- 400 ml soku ananasowego bez dodatku cukru
- 8 g agaru w proszku

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Obierz miękkie, dojrzałe mango, usuń pestkę; pokrój. Zblenduj z sokiem na gładki mus.
2. Przelej do garnka. Dokładnie odważ agar; wsypuj stopniowo, mieszając trzepaczką bez grudek. Zagotuj; gotuj na małym ogniu 5 minut, mieszając, żeby aktywować agar.
3. Napełnij foremki do puddingu lub silikonowe. Studź 10 minut w temperaturze pokojowej, następnie chłodź 25 minut. Powierzchnia powinna się ściąć i lekko sprężynować.
4. Poluzuj galaretki. W niesilikonowej formie poprowadź silikonową łopatkę wokół brzegów aż do dna, wpuszczając powietrze. Odwróć na talerz; podaj.

Źródło przepisu: https://foodaciously.com/recipe/sugar-free-mango-jelly