fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

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

FundacjaPsychologiczna.pl

Kue nastar bez cukru - przepis

Ciastka kryją ananasowe nadzienie. Słodycz pochodzi z owoców, nie z dodanego cukru.

Składniki

Ciasto

- 250 g mąki pszennej oraz do podsypania
- 150 g musu jabłkowego bez cukru
- 35 g masła migdałowego bez cukru

Nadzienie

- 300 g obranego dojrzałego ananasa
- 1 szczypta mielonych goździków
- 1 szczypta cynamonu
- 10 g skrobi ziemniaczanej
- zimna woda do skrobi

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Zmiksuj ananas z goździkami i cynamonem na gładko.
2. Zagotuj; gotuj na średnim ogniu 30 minut, często mieszając. Rozprowadź skrobię zimną wodą.
3. Wmieszaj zawiesinę trzepaczką. Gdy zgęstnieje, zdejmij; ubijaj minutę do połysku. Przełóż do miski; chłodź minimum 15 minut.
4. Połącz składniki ciasta łyżką. Zagnieć na podsypanym blacie na gładkie, elastyczne, lekko lepkie ciasto.
5. Porcje 30 g trzymaj pod folią. Spłaszcz kulkę w dysk 8 cm z cieńszymi brzegami. Dodaj 10 g zimnego dżemu; zlep. Ustaw szwem w dół, lekko spłaszcz.
6. Osłaniaj folią uformowane ciastka. Piecz na papierze w 180°C przez 15-18 minut; ostudź na kratce.

Uwagi

Uwaga: Podaj bez polewy. Przechowuj szczelnie do 3 dni.

Źródło przepisu: https://foodaciously.com/recipe/vegan-kue-nastar