fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

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

FundacjaPsychologiczna.pl

Muhallebi różane bez cukru - przepis

Nie każdy budyń musi pachnieć wanilią. Ten ma różany aromat i migdałową bazę. Chrupiące dodatki zostaw na wierzchu: będą kontrastować z gładkim środkiem.

Czas całkowity: 1 godzina 30 minut

Porcje: 4 porcje

Składniki

Budyń

- 60 g skrobi kukurydzianej
- 1 l niesłodzonego napoju migdałowego
- 40 g erytrytolu w pudrze
- 3 łyżeczki wody różanej

Do podania

- ½ łyżeczki mielonego cynamonu
- 2 szczypty mielonego kardamonu
- 40 g pistacji
- 4 łyżeczki suszonych płatków róży przeznaczonych do jedzenia

Przygotowanie krok po kroku

1. Erytrytol w kryształkach zmiel na puder. W zimnym garnku rozprowadź przesianą skrobię trzepaczką z odrobiną napoju. Dodaj resztę napoju, erytrytol i wodę różaną.

2. Stale mieszając trzepaczką, podgrzewaj na średnim ogniu. Od pierwszych bąbelków mieszaj energiczniej około 1 minuty do zgęstnienia. Przy chłodzeniu budyń dodatkowo stężeje.

3. Rozlej do naczyń. Po 15 minutach studzenia przenieś do lodówki na 1 godzinę, do pełnego schłodzenia i stężenia.

4. Gotowy budyń lekko drży przy dotknięciu. Podawaj zimny, posypany cynamonem, kardamonem, drobno posiekanymi pistacjami i płatkami róży.

Źródło przepisu: https://foodaciously.com/recipe/vegan-muhallebi