fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

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

FundacjaPsychologiczna.pl

Sos żurawinowy bez cukru - przepis

Żurawina pęka podczas gotowania, tworząc sos z kawałkami owoców. Po ostudzeniu sos wymaga jeszcze chłodzenia.

Czas całkowity: 2 godz. 35 min

Składniki

Sos

- 2 miarki cup wody
- 1 miarka cup erytrytolu w pudrze
- 12 oz świeżej żurawiny

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. W dużym garnku wymieszaj wodę z erytrytolem. Zagotuj na dużym ogniu.
2. Wsyp żurawinę i ponownie doprowadź do wrzenia.
3. Zmniejsz ogień na średnio mały. Gotuj około 30 minut, czasem mieszając, aż większość owoców pęknie.
4. Zdejmij z ognia. Studź do temperatury pokojowej, co jakiś czas mieszając.
5. Przełóż ostudzony sos do szczelnego pojemnika albo słoika. Chłodź co najmniej 2 godziny lub do podania.

Źródło przepisu: https://www.foodfaithfitness.com/low-carb-sugar-free-keto-cranberry-sauce/