15 najlepszych

PRZEPISÓW NA LATO

WWW.RELAXTIME.PL

Dziękuję za pobranie darmowego Ebooka. Mam nadzieję, że spodobają Ci się przepisy w nim zawarte i nie raz będziesz do nich wracać
Justyna Pielech

Autor Ebooka: Justyna Pielech
Tytuł: "15 Najlepszych przepisów na lato"
Redakcja, Koretkta, Skład: Justyna Pielech
Fotografie: Justyna Pielech
E-book na podstawie gotowego szablonu: CANVA
Kopiowanie zabronione

Spis Treści

CIASTA.....3

Proste ciasto migdałowe z malinami.....4
Sernikobrownie z malinami.....6
Krajanka truskawkowa.....8
Sernikotoffi z malinami.....10
Ciasto czekoladowe z malinami.....12
Ciasto truskawkowe z budyniową pianką.....14
Tort truskawkowy - wegański.....16
Malinowy banoffee pie - bez pieczenia.....18
Sernik straciatella z malinami.....20
Szybkie brioszki z malinami.....22
Ciasto ucierane z malinami.....24
Tarta z kremem i truskawkami.....26

DESERY.....28

Szybki deser z mascarpone i owocami.....29
Tiramisu truskawkowe.....30
Maracuja kokos trifle.....32
Fit deser na jogurcie.....34

Ciasta z owocami

CIASTA

Pyszne i proste przepisy na ciasta

Proste ciasto migdałowe z malinami

SKŁADNIKI NA TORTOWNICĘ 22 CM:

Ciasto:
– 175 g masła w temperaturze pokojowej
– 100 g mąki pszennej
– 100 g zmielonych migdałów
– 150 g cukru
– 3 średnie jajka
– 2 łyżeczki proszku do pieczenia
– 1/2 łyżeczki soli
– około 300 g dowolnych owoców

Posypka migdałowa:
– 75 g płatków migdałowych
– 25 g cukru
– 25 g masła

Masło ucieramy mikserem, aż będzie jednolite, puszyste i zmieni kolor na jaśniejszy. Dodajemy cukier i znów chwilkę miksujemy. Następnie dodajemy po jajku ciągle miksując. Na końcu dodajemy wymieszane: mąkę, migdały, sól i proszek do pieczenia i ostatni raz krótko miksujemy. Foremkę wykładamy papierem do pieczenia, a piekarnik nastawiamy na 180 stopni. Ciasto przelewamy do foremki i wkładamy do piekarnika na 40 minut.
W czasie, w którym ciasto się pieczę szykujemy posypkę. Masło wrzucamy do rondelka i podgrzewamy do całkowitego rozpuszczenia. Dodajemy cukier i migdały. Dokładnie wszystko mieszamy, żeby migdały zostały całkowicie oblepione. Po 40 minutach wyciągamy ciasto, układamy na nim owoce i posypujemy je migdałową posypką. Znów wkładamy do piekarnika na kolejne 20-30 minut. Patyczkiem sprawdzamy czy ciasto nie jest surowe. Ciasto próbowałam gdy było jeszcze ciepłe, jest pyszne w każdej postaci.

Proste ciasto migdałowe z malinami

SERNIKOBROWNIE Z MALINAMI

Składniki na blaszkę 20×20 cm

Masa czekoladowa:
– 150 g czekolady gorzkiej (użyłam 65%)
– 150 g miękkiego masła
– 160 g cukru pudru (1 szklanka)
– 3 jajka
– 80 g mąki (0,5 szklanki)

Masa twarogowa:
– 400 g twarogu lub serka kremowego
– 100 g cukru pudru
– 1 jajko

Dodatkowo:
– około 120 do 150 g malin (użyłam mrożone, ale oczywiście można zastąpić je świeżymi)

Maliny, godzinę wcześniej, odstawiłam na sitko do rozmrożenia. Układając je na końcu na cieście nie były w 100% rozmrożone, ale w niczym to nie przeszkadzało. Foremkę wyłożyłam papierem do pieczenia. Zaczęłam od masy czekoladowej. Czekoladę rozpuszczałam w garnuszku z grubym dnem, w tym czasie ucierałam miękkie masło z cukrem pudrem. Gdy masło było już jaśniejsze niż na początku dodawałam do niego po jednym jajku, ciągle miksując. Następnie dodałam mąkę, a na końcu rozpuszczoną czekoladę. Po każdym składniku miksowałam masę. 3/4 masy wyłożyłam na dno foremki.
Wszystkie składniki na masę serową wrzuciłam do miski i krótko zmiksowałam. Tylko do momentu połączenia składników. Masę serową wyłożyłam na masę czekoladową. Na wierzch wyłożyłam pozostałą masę czekoladową. W tym momencie napotykamy trudność, ponieważ masa czekoladowa jest już gęstsza niż masa serowa i ciężko jest ją rozsmarować. Polecam nakładać ciemną masę w niewielkich ilościach i niewielkich odstępach, a na końcu połączyć je delikatnie szpatułką. W niewielkich odstępach układamy maliny, delikatnie wciskając je w ciasto. Pieczemy godzinę w 170 stopniach.

Sernikobrownie z malinami

KRAJANKA TRUSKAWKOWA

Składniki na foremkę 20x20 cm:

Biszkopt:
– 2 raczej małe jajka – w temperaturze pokojowej
– 6 łyżek cukru (60g)
– 6 łyżek mąki (60 g)
– 1 łyżeczka masła (7g)
– szczypta soli

Biszkopt można przygotować już dzień wcześniej. Foremkę wykładamy papierem do pieczenia, a piekarnik nastawiamy na 180 stopni. Masło roztapiamy i studzimy. Mąkę i sól przesiewamy (najlepiej dwukrotnie) – ja przesiałam tylko raz. Całe jaja ubijamy z cukrem, aż masa będzie naprawdę gęsta i podwoi swoją objętość (trwa to około 10 minut). Do masy dodajemy mąką wraz z masłem i delikatnie mieszamy wszystko szpatułką. Pieczemy 12 minut w 180 stopniach. Odkładamy do ostudzenia.

Masa truskawkowa:
– 500 g truskawek
– 1 budyń waniliowy bez cukru (sam proszek 60 g)
– 30 g cukru

Umyte i odszypułkowane truskawki dzielimy na pół. Pierwszą połowę kroimy w drobną kosteczkę, a drugą połowę blendujemy na mus. Sam mus znów dzielimy na pół. Połowę należy zagotować z cukrem, a do drugiej połowy dodajemy budyń, który należy dokładnie wymieszać. Część z budyniem wlewamy do gotującego się musu, zmniejszamy gaz i gotujemy ciągle mieszając, aż masa mocno zgęstnieje. Wówczas ściągamy ją z gazu, dodajemy pokrojone truskawki, dokładnie mieszamy i jeszcze ciepłą masę przelewamy na biszkopt. Po lekkim ostudzeniu wkładamy ciasto do lodówki

Dodatkowo:
– 250 ml śmietanki kremówki 36%
– 1 łyżka cukru pudru
– 1 śmietan fix (opcjonalnie)
– około 10 sztuk truskawek do przyozdobienia ciasta
– 1 kostka czekolady starta na tarce z grubymi oczkami

Gdy masa truskawkowa zastygnie i ostygnie, ubijamy bitą śmietanę wraz z cukrem pudrem i śmietan fixem. Wykładamy ją na ciasto. Ozdabiamy ćwiartkami truskawek i oprószamy startą czekoladą. Ciasto trzymamy w lodówce.

Krajanka truskawkowa

SERNIKOTOFFIE Z MALINAMI

Składniki na blaszkę 20x20 cm

Ciasto toffi:
– 200 g kajmaku
– 2 jajka
– 160 g miękkiego masła
– 50 g mąki
– szczypta soli

Masa serowa:
– 320 g sera białego (użyłam sera na serniki)
– 140 g cukru
– 1 jajko
– 1 łyżka mąki pszennej
+ około 150 g malin

Przygotowania zaczynamy od masy toffi. Masło ucieramy na puch. Do utartego dodajemy po jajku, a na końcu masę krówkową i mąkę z solą. Nie przejmujcie się, jeżeli po dodaniu jajek do masła, masa będzie wyglądała jakby się „zważyła". Też miałam takie obawy, ale w trakcie pieczenia wszystko się wyrównało.
Masa serowa jest w przygotowaniu jeszcze prostsza. Mieszamy dokładnie wszystkie składniki To wszystko. Do foremki wyłożonej papierem do pieczenia wylewamy masę krówkową, a na nią serową. Na końcu układamy maliny, delikatnie wciskając je w masę. Pieczemy 45-50 minut w 180 stopniach. Po ostygnięciu lub przed podaniem, można opruszyć ciasto cukrem pudrem.

Sernikotoffie z malinami

Ciasto czekoladowe z malinami

Składniki na tortownicę 19 cm:

- 140 g mąki
- 30 g kakao
- 190 g masła
- 150 g cukru
- 200 g czekolady gorzkiej minimum 65% kakao
- 280 ml wody
- 2 jajka
- płaska łyżeczka proszku do pieczenia
- ok. 200 g malin (do ciasta i ozdoby)
- opcjonalnie: łyżeczka kawy rozpuszczalnej oraz łyżka alkoholu

Ciasto jest naprawdę proste. Do garnka wrzucamy: masło, cukier, wodę i czekoladę. Podgrzewamy do momentu rozpuszczenia i połączenia składników, a następnie odstawiamy do lekkiego ostudzenia.
Jeżeli użyliśmy dużego garnka to do niego będziemy dorzucać resztę składników. Przy małym, musimy przelać naszą masę do większej miski. DO masy wbijamy jajka i mieszamy rózgą lub widelcem. Nie musimy używać miksera, żeby nie napowietrzać masy. Nie mieszamy długo. Następnie przesiewamy mąkę z proszkiem do pieczenia oraz kakao (ważne żeby je przesiać przez sitko) i znów krótko mieszamy rózgą. Nastawiamy piekarnik na 170 stopni, a foremkę wykładamy papierem do pieczenia. Przelewamy połowę masy do foremki. Wykładamy maliny, tak żeby zajęły całą powierzchnie i wylewamy na nie resztę masy. Pieczemy 45 minut

Ciasto czekoladowe z malinami

CIASTO TRUSKAWKOWE Z BUDYNIOWĄ PIANKĄ

Składniki na blaszkę 20×20 cm

Ciasto kruche:
1,5 szklanki mąki
4 łyżki cukru pudru
150 g zimnego masła
3 żółtka
łyżeczka proszku do pieczenia

Dodatkowo:
ok 400 g pokrojonych w połówki truskawek
2 łyżeczki cukru pudru

Pokrojone truskawki obsypujemy cukrem pudrem i odkładamy żeby puściły sok. Mąkę łączymy z cukrem i proszkiem do pieczenia. Dodajemy zimne masło pokrojone na kawałki. Zagniatamy pomiędzy palcami aż składniki będą dokładnie oblepione masłem. Dorzucamy żółtka i zagniatamy jednolite ciasto. Formujemy wałek i dzielimy go w proporcji 60 do 40%. Mniejszą część zawijamy w folię spożywczą i wkładamy do zamrażarki. Większą wałkujemy lub rozgniatamy pałacami i przekładamy do foremki wyłożonej papierem do pieczenia. Nakłuwamy widelcem i pieczemy 15 – 20 min w 180 stopniach (do lekkiego zezłocenia). I odkładamy do lekkiego ostudzenia.

Pianka budyniowa:
3 białka
szczypta solo
120 g drobnego cukru
cukier waniliowy (jedno małe opakowanie)
50 g budyniu śmietankowego (proszek)
70 ml oleju (używam rzepakowego)

Białka wraz z solą ubijamy na sztywno. Dodajemy stopniowo cukier cały czas miksując, aż zużyjemy cały cukier (cukier musi się rozpuścić). Dosypujemy budyń i na końcu olej. Teraz miksujemy już króciutko tylko do połączenia składników. Na upieczony spod nakładamy piankę. Truskawki odsączamy ręcznikiem papierowym i układamy na piance. Wyciągamy z zamrażarki resztę ciasta i ścieramy go na tarce na grubych oczkach. Równomiernie obsypujemy truskawki. Pieczemy 45 minut w 180 stopniach. Studzimy w lekko uchylonym piekarniku.

Ciasto truskawkowe z budyniową pianką

Tort truskawkowy - wegański

Składniki na tortownicę 22-24 cm

Spód:
200 g płatków kokosowych
150 g puree z daktyli
50 g soku z daktyli
skórka z 1 cytryny

Krem truskawkowy (szykujemy dzień wcześniej):
200 g truskawek
60 g orzechów nerkowca
40 g płatków kokosowych
ziarenka z połowy wanilii
miód lub syrop z agawy (do smaku)

Zaczynamy od spodu. Płatki kokosowe możliwie rozdrabniamy i mieszamy dokładnie z pozostałymi składnikami. W przypadku zwykłej foremki wykładamy ją papierem do pieczenia. W przypadku foremki silikonowej z papieru można zrezygnować. Masę wykładamy do formy, rozprowadzamy ją i dokładnie za pomocą łyżki lub dna szklanki przyciskamy równomiernie.
Krem truskawkowy. Orzechy nerkowca należy kilka godzin (a najlepiej całą noc) moczyć w wodzie. Namoczone orzechy, truskawki, syrop z agawy, płatki kokosowe i wanilię kilka minut blendujemy (lub miksujemy) do momentu uzyskania kremowej. konsystencji. Tak przygotowany krem przelewamy na spód i całość wstawiamy do lodówki na noc, żeby masa dobrze stężała.

Tort truskawkowy - wegański

Malinowy banoffee pie – bez pieczenia

Składniki na tortownicę 20 m

Spód:
– około 150 g herbatników pełnoziarnistych
– 50 g masła
– 50 g czekolady 70% kakao

Tortownice wykładamy papierem do pieczenia. Herbatniki blendujemy na piasek, a masło rozpuszczamy wraz z czekoladą w garnuszku z grubym dnem. Łączymy składniki i mieszamy dokładnie, żeby masło z czekoladą oblepiły herbatniki (ja zawsze mieszam widelcem). Przekładamy wszystko razem do tortownicy i uklepujemy dokładnie, tak by powstał nam spód i boki o wysokości około 2 cm. Do ugniatania używam dna i boków szklanki. Spód wkładamy do lodówki na 30 minut (lub szykujemy dzień wcześniej)

Pozostałe składniki:
– 2 banany + sok z połowy cytryny
– 2 garście malin
– pół puszki masy krówkowej (lub więcej jeżeli lubicie bardziej słodkie)
– 250 ml śmietanki kremówki + pół łyżeczki cukru pudru
– kakao do przyozdobienia

Na ciasteczkowy spód wykładamy masę krówkową, równomiernie ją rozprowadzając. Banany kroimy w grubsze plastry, skrapiamy je sokiem z cytryny (żeby nie ściemniały) i układamy je na masie krówkowej, delikatnie dociskając, w we wszystkie szczeliny pomiędzy bananami wciskamy maliny. Śmietankę ubijamy wraz z cukrem pudrem i przekładamy na owoce. Przed podaniem posypujemy ciasto kakao. Ciasto przechowujemy w lodówce

Malinowy banoffee pie – bez pieczenia

SERNIK STRACIATELLA Z MALINAMI

Składniki na tortownicę 20 cm:

Spód:
– 1 szklanka zmielonych (zblendowanych) herbatników – wychodzi około 20 sztuk
– 60 g masła
– 1 łyżka kakao (gorzkiego)

Herbatniki mielimy w blenderze na piasek i dodajemy do nich kakao. Masło rozpuszczamy i przelewamy do ciasteczek. Foremkę wykładamy papierem do pieczenia. Masę ciasteczkową przekładamy do foremki i ugniatamy ją dokładnie dnem szklanki, jednocześnie przesuwając masę lekko do góry, aby zrobić brzegi. Foremkę z wyłożonym dnem ciasta wkładamy do lodówki na czas szykowania masy.

Masa sernikowa:
– 250 g malin
– 60g dowolnej czekolady lub gotowe kropelki czekoladowe
– 500 sera na serniki
– 0,5 szklanki cukru
– 1,5 łyżki oleju rzepakowego
– 2 jajka
– 2 łyżki śmietanki kremówki
– 1 łyżka mąki ziemniaczanej
– 1 cukier waniliowy

Czekoladę siekamy drobno. Maliny myjemy i odkładamy do lekkiego osuszenia. Wszystkie składniki na masę przekładamy do jednej miski i miksujemy bardzo krótko. Tylko do momentu kiedy zobaczymy, że składniki się połączyły. Wtedy wrzucamy do masy posiekaną czekoladę i mieszamy ją delikatnie szpatułką. Piekarnik nastawiamy na 150 stopni, a na dnie kładziemy naczynie do zapiekania wypełnione wodą (można ten element pominąć, ale dzięki temu sernik jest delikatniejszy i bardziej kremowy, poprzez parującą parę wodną). Masę sernikową wylewamy na schłodzony spód ciasteczkowy i układamy na niej dość gęsto maliny (może być jedna obok drugiej), dziurką do dołu. Pieczemy 80 minut. Studzimy w uchylonym piekarniku, a po całkowitym ostudzeniu wstawiamy ciasto do lodówki.

Sernik straciatella z malinami

Szybkie brioszki z malinami

Składniki na 15 sztuk

Ciasto:
– 250 ml mleka
– 0,5 kg mąki
– 4 żółtka
– 40 g drożdży świeżych
– pół łyżeczki soli
– 4 łyżki cukru
– 100 g masła (rozpuszczonego i ostudzonego)
– roztrzepane jajko do posmarowania bułek

Kruszonka:
– 15 g masła
– 2 łyżki cukru
– 3 łyżki mąki
– dodatkowo około 400 g malin lub innych owoców

Najpierw przyszykowałam kruszonkę. Mąkę połączyłam z cukrem i dodałam masło. Rozcierałam pomiędzy palcami, aż masło dokładnie oblepiło wszystkie składniki. Mleko podgrzewamy (powinno być ciepłe, ale nie gorące) i rozpuszczamy w nim drożdże wraz z cukrem dokładnie mieszając. Mąkę przesiewamy do miski, dodajemy sól i żółtka. Wlewamy mleko i wyrabiamy gładkie ciasto. Pod koniec wyrabiania partiami dodajemy masło. Dalej dokładnie wyrabiamy. Im więcej ciasto będzie miało pęcherzyków tym będzie pulchniejsze. Gdyby było mocno lejące dosypujemy odrobinę maki. Ciasto odstawiamy, przykryte ściereczką do podwojenia objętości (jedyna faza wyrastania) – trwa to około 40 minut, im cieplej tym szybciej. Po tym czasie dzielimy ciasto na 15 porcji. Każdą „spłaszczamy" w rękach i układamy na niej po kilka malin (nie żałowałam sobie). Ciasto sklejamy (podobnie jak na pierogi) i układamy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia (sklejeniem do dołu). Bułki smarujemy roztrzepanym jajkiem i posypujemy kruszonką. Pieczemy w 170 stopniach około 30 min (piekłam na dwa razy: 8 sztuk w dużej blasze oraz 7 w tortownicy o średnicy 25 cm).

Szybkie brioszki z malinami

Ciasto ucierane z owocami

Przepis na blaszkę 25x25 cm

Kruszonka:
– 120 g mąki
– 80 g zimnego masła
– 40 g cukru pudru

Ciasto:
– 220 g masła – musi być w temperaturze pokojowej
– 160 g cukru
– szczypta soli
– 5 jajek
– 220 g mąki pszennej
– 50 g budyniu w proszku śmietankowego lub waniliowego
– 1 łyżeczka proszku do pieczenia

Dodatkowo:
– 6-8 śliwek i dwie garści malin
– odrobina mąki do posypania

Owoce obsypujemy delikatnie mąką. Wszystkie składniki na kruszonkę mieszamy i zagniatamy pomiędzy palcami, żeby składniki się połączyły. Odstawiamy na bok (odstawiam do lodówki). Foremkę wykładamy papierem do pieczenia, a piekarnik nastawiamy na 180 stopni.

Masło miksujemy na puch. Dodajemy cukier i sól. Znów miksujemy. Dodajemy po jajku i za każdym razem miksujemy. Masa może wyglądać jakby była zważona. Nie przejmujcie się tym, ponieważ tak ma być. Na końcu dodajemy mąkę z budyniem i proszek do pieczenia. Miksujemy jeszcze raz. Masę wylewamy na papier do pieczenia. Dość gęsto układamy owoce, można je nawet delikatnie wcisnąć w ciasto i posypujemy całość równomiernie kruszonką. Pieczemy w piekarniku o temperaturze 180 stopni 45 do 60 minut. Piekarnik góra – dół. Gdyby kruszonka zbyt się zarumieniła, można przykryć ciasto folia aluminiową (ja nie musiałam).

Ciasto ucierane z owocami

Tarta z kremem i truskawkami

Składniki na tortownicę 19-20 cm

Kruchy spód:
- 1 szklanka mąki
- 80 g zimnego masła
- 3 łyżki cukru pudru
- 1 żółtko

Mąkę łączymy dokładnie z cukrem i dokładamy pokrojone zimne masło. Zagniatamy pomiędzy palcami, aż składniki się ze sobą połączą. Wówczas dodajemy żółtko i zagniatamy jednolite ciasto. Owijamy je w folię spożywczą i wkładamy na godzinę do lodówki. Po tym czasie wałkujemy ciasto, tak by średnica była większa od foremki. Tortownicę wykładamy papierem do pieczenia, a piekarnik nastawiamy na 180 stopni. Przekładamy ciasto do foremki i na chwilę wkładamy blaszkę do zamrażarki. Dopiero wówczas pieczemy 20-25 min (do momentu, aż ciasto się delikatnie zezłoci)

Krem:
- 250 g mascarpone
- 200 ml śmietanki kremówki 30 lub 36%
- 2 łyżki cukru pudru
- 150 g truskawek pokrojonych w ćwiartki

Mascarpone, śmietankę i cukier puder przekładamy do miski i miksujemy, aż do momentu uzyskania masy o konsystencji gęstej śmietany. Krem przekładamy na wystudzony kruchy spód i dowolnie dekorujemy truskawkami. Schładzamy min. godzinę w lodówce

Tarta z kremem i truskawkami

Desery

Szybki deser z mascarpone i owocami

Składniki na 3 duże lub 6 mniejszych pucharków

- 250 g mascarpone
– 200 ml śmietanki kremówki
– 1,5 łyżki cukru pudru
– owoce: u mnie około 200 g borówki, 200 g malin i garść czerwonego agrestu
– 1,5 łyżeczki mąki ziemniaczanej
– opcjonalnie płatek żelatyny

Śmietankę kremówkę ubijamy z cukrem pudrem. Mascarpone miksujemy krótko w osobnej misce, a następnie łączymy delikatnie z ubitą śmietanką. Na czas szykowania owoców wstawiamy do lodówki.
Umyte owoce przekładamy do garnka i podgrzewamy aż zmiękną, puszczą sok i delikatnie się rozpadną. Dodałam do owoców łyżkę cukru ponieważ mój agrest był troszkę kwaskowaty. Gdy owoce się rozpadną dodajemy mąkę ziemniaczaną i zagotowujemy. Zdejmujemy z gazu. Gdyby owoce puściły bardzo dużo soku i po zdjęciu z gazu pozostawały bardzo płynne, można dodać płatek żelatyny. Owoce odstawiamy do ostudzenia.
Deser składamy warstwowo: łyżka kremu, łyżka owoców, dorzucając do masy owocowej całe owoce. Podajemy schłodzone.

Tiramisu truskawkowe

Składniki na foremkę 23x13 cm

- 250 ml śmietanki kremówki
- 250 g mascarpone
- 2 łyżki cukru pudru
- 2 szklanki zaparzonej i ostudzonej kawy
- około 20-25 sztuk biszkoptów podłużnych
- ok. 400 g truskawek + łyżeczka cukru pudru (cukier można pominąć)

9 kakao do przyozdobienia

Zaparzamy kawę i odstawiamy do ostudzenia. Truskawki wraz z łyżeczką cukru pudru blendujemy. Jeżeli truskawki są dla was wystarczająco słodkie to z cukru pudru rezygnujemy. Jeżeli nie macie blendera to rozgniećcie truskawki porządnie widelcem lub tłuczkiem do ziemniaków. W misce łączymy śmietankę, mascarpone i cukier puder. Całość miksujemy tak długo, aż krem będzie miał konsystencję gęstej śmietany. Deser szykujemy w większym naczyniu o wymiarach ok. 23×13 cm lub szykujemy pojedyncze porcje np. w szklankach czy pucharkach.

Deser układamy warstwowo. Biszkopty namaczamy po 1 sekundzie z każdej strony w kawie i układamy na dnie naczynia. Na biszkopty wykładamy 3 łyżki kremu i dokładnie go rozsmarowujemy. Następnie idzie warstwa truskawek, której nakładamy mniej niż masy kremowej. Nie przejmujcie się, że truskawki po zblendowaniu mogą się wydawać zbyt płynne. One po schłodzeniu w lodówce staną się bardziej zwarte. I znów układamy: nasączone biszkopty, masę kremową i truskawki. Ostatnią warstwę obsypujemy gęsto kakao.

Przed podaniem chłodzimy minimum 2-3 godz. w lodówce.
Za pierwszym razem używałam dużo kremu i wyszły mi dwie warstwy. Kiedy robiłam ten deser drugi raz, używałam kremu troszkę mniej i udało mi się ułożyć w naczyniu 3 warstwy.

Tiramisu truskawkowe

Maracuja kokos trifle

Składniki na 3 pucharki

- 4 sztuki maracui
- ok 100 g czekoladowych ciasteczek (u mnie były to dość ciężkie czekoladowe ciasteczka dodatkowo z czekoladowymi kropelkami. Zużyłam 8 sztuk)
- 150 g mascarpone
- 50 ml śmietanki kremówki 30%
- łyżka cukru pudru (do smaku)
- skórka z jednej cytryny lub łyżka soku z cytryny (do smaku)
- chipsy lub wiórki kokosowe

Maracuje przecinam na pół i wyciągam miąższ. Ciasteczka siekam na mniejsze i większe kawałki. Krem: do miski wrzucamy wszystkie składniki tzn. mascarpone, śmietankę, cukier puder i skórkę lub sok z cytryny. Energicznie mieszamy wszystko trzepaczką lub inną łyżką, żeby masa stała się jednolita. Oczywiście można użyć do tej czynności miksera ale i bez niego się obędzie.
Składniki są gotowe. Teraz trzeba to wszystko warstwowo poukładać. Do szklanek wsypujemy po trochę ciasteczek. Następnie dwie łyżeczki kremu, maracuja, dwie łyżeczki kremu, ciasteczka, krem, maracuja, krem i na końcu dla ozdoby odrobina ciasteczek i kokos. Kolejność jest przypadkowa. Ja zawsze zaczynam od ciasteczek na spodzie, reszta to już wasza inwencja twórcza jak będą wyglądały warstwy.
Deser najlepiej schłodzić 2 godziny w lodówce

Maracuja kokos trifle

Fit deser na jogurcie

Składniki na 8 szklanek:

- 500 g jogurtu naturalnego
- 4 łyżki kakao ciemnego
- 3 łyżki miodu (następnym razem dałabym mniej)
- 3 łyżki mielonych migdałów (można zastąpić też pastą tahini)
- 2 kostki gorzkiej czekolady (również można pominąć)
- 3 herbatniki (można pominąć)
- 2 łyżki płatków migdałowych
- około 200 g wydrylowanych czereśni

Szykujemy 8 niedużych szklanek lub słoiczków na desery. Herbatniki kruszymy i wrzucamy na dno. Czekoladę drobno siekamy. Do miski wrzucamy jogurt, kakao, miód, migdały mielone oraz posiekaną czekoladę. Mieszamy całość do momentu uzyskania jednolitej konsystencji. Przelewamy do szklanek, układamy owoce i posypujemy płatkami migdałowymi. Przed podaniem można schłodzić w lodówce, chociaż nie jest to niezbędne. Jeżeli z podanych ilości i składników przygotujecie 8 małych słoiczków to wówczas jeden słoiczek będzie miał 160 kcal.

Fit deser na jogurcie

PYSZNY DESER A TYLKO 160 KCAL

Na blogu Relaxtime.pl znajdziesz również inne ciasta i desery

SZYBKIE CIASTECZKA ZE ŚLIWKAMI

SERNIK Z OWOCAMI

TARTA JABŁKOWA

POWODZENIA W PIECZENIU!

Mam nadzieję, że przepisy i wykonane z nich smakołyki sprawia wam radość!!!

Justyna

www.relaxtime.pl