



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés:



Elkészítés: **40 perc**



Havas Dóra

VANÍLIÁS KRÉMTÚRÓ CUKORMENTESEN

Van az desszert, amire akkor sem tudsz nemet mondani, ha tudod, hogy annyi édességet ettél az elmúlt hetekben, hogy a legjobb ruháid sírva árválkodnak a ruhásszekrényedben, mert hiába próbálkozol vele, nem tudod összehúzni azt a fránya zippzárt. Még szerencse, hogy ez egy olyan desszert, amit bármelyik újévi diétába és edzéstervbe beépíthetsz.

HOZZÁVALÓK

1 mazsola
1.5 forró víz

1 fekete tea
2 rum
3 tojássárgája
3 xilit

1 só
1 keményítő
3 tej
fél vaníliarúd magjai

25 túró

ALLERGÉNEK

Tejtermék, tojás

1

A mazsolák beáztatásához a forró vízbe beledobjuk a teafiltert, és 2-3 percig áztatjuk, majd ezzel öntjük le a mazsolákat. Hozzáadjuk a rumot is. Állni hagyjuk 15–20 percig.



2

Közben a tojássárgáját a xilittel, a sóval és a keményítővel simára keverjük.



3

A tejet egy közepes lábasba öntjük, hozzákaparjuk a fél vaníliarúd magjait, majd felforraljuk.



4

A forró tejet merőkanalanként hozzáadjuk a tojásos keverékhez, így egyenlítettük ki a hőt, amitől nem fog becsomósodni és összeugrani.

5 Ha az összes tejet hozzáöntöttük, visszatesszük a lábásba, majd közepes lángon melegíteni kezdjük.



6 Sűrűn kavargatva addig főzzük, amíg pudingállagú nem lesz, majd félrehúzzuk, és hagyjuk langyosra hűlni. Közben időnként keverjük át, hogy ne bőrösödjön meg a teteje.



7 Ha a puding már nem forró, beletesszük a túrót, és botmixerrel pürésítjük. Ettől az állaga is habosabb, könnyedebb lesz.



8 A mazsolákat leszűrjük, majd 4 kis befőttesüvegben elosztjuk.



9 Rákanalazzuk a krémtúrót, majd a hűtőbe tesszük néhány órára, hogy megdermedjen.



Töltse le további receptjeinket az auchan.hu/receptek oldalról!

