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 marék mazsola
1.5 dl forró víz
1 filter fekete tea
2 evőkanál rum
3 db tojássárgája
3 evőkanál xilit
1 csipet só
1 evőkanál keményítő
3 dl tej
fél db vaníliarúd magjai
25 dkg 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 egyenlítjük ki a hőt, amitől nem fog becsomósodni és összeugrani.

5 Ha az összes tejet hozzáöntöttük, visszatesszük a lábasba, 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!**

Auchan