

detkityumen.ru

Панна-котта с ягодами – низкокалорийно



Где готовим?

Без термообработки

Ингредиенты:

молоко 3,2% — 230 мл;
сухое обезжиренное молоко — 10 г;
ягоды (клубника или малина) — 200 г;
желатин — 11 г;
сахар — 45 г;
ванильный сахар — пакетик.

Приготовление:

Растворить пакетик желатина в 100 мл воды.

Увеличить концентрацию молока за счет сухого, проварить его с сахаром и ванильным сахаром несколько минут, добавить разведенный желатин.

Довести до кипения, но не кипятить.

Разлить по формочкам и оставить остывать — сначала при комнатной температуре, а потом в холодильнике до полного застывания.

Перед подачей опустить формы в горячую воду на пару секунд, перевернуть на десертные тарелки, полить соусом из пюре из ягод.

10.11.2017

[pantyhina](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/recipe/582/