



Cytrusowa pychotka bez pieczenia

Autor: najlepszewkuchni.pl

Lubisz ciasta, ale musisz ograniczać cukier w swojej diecie? Ten przepis jest dla Ciebie!

Sprawdź również nasze pozostałe przepisy: [placek drożdżowy bez cukru](#), [dietetyczna karpátka](#), [mini naleśniki bez cukru](#).

Osób: 6

Czas: **Do 1h**

Poziom trudności: **Łatwe**



Gotowanie

Krok 1

Przygotuj spód. Masło rozpuść w rondelku lub na niewielkiej patelni, a następnie odstaw do wystudzenia. Ciasteczka pokrusz, a następnie drobno zmiel blenderem. Rozpuszczone masło połącz z ciasteczkami. Z masy dokładnie zagnieć ciasto. Dno tortownicy o średnicy ok. 20 cm wyłóż folią spożywczą, a następnie ułóż na niej masę ciasteczkową. Dociśnij i wyrównaj powierzchnię. Wstaw do lodówki na ok. 30 minut.

Krok 2

Przygotuj galaretkę wiśniową. Wiśnie przełóż do garnuszka, posłodź erytrole lub ksylitolem, dodaj sok z pomarańczy i zagotuj. Zblenduj na gładko i przecedź przez sitko, aby masa była gładka. Do gorącej masy dodaj żelatynę i bardzo dokładnie wymieszaj. Przelej galaretkę do naczynia o średnicy ok. 16 - 18 cm wyłożonego folią spożywczą i odstaw do wystudzenia. Następnie wstaw do lodówki, aby galaretka całkowicie stężała. Gotową galaretkę wyjmij z naczynia i oddziel od folii.

Krok 3

Przygotuj mus cytrusowy. Do garnuszka wlej sok pomarańczowy, dodaj ksylitol i skórkę z pomarańczy. Wymieszaj, a następnie zagotuj na średnim ogniu. Gorący płyn przecedź przez gęste sitko i dodaj do niego żelatynę. Dokładnie wymieszaj, aby żelatyna całkowicie się rozpuściła. Odstaw do przestudzenia na kilka minut.

Krok 4

Schłodzoną śmietankę ubij na sztywno, a następnie wymieszaj delikatnie z jogurtem. Ciepłą, ale nie gorącą, galaretkę przełóż do masy śmietanowej i bardzo dokładnie wymieszaj. W masie nie powinno być grudek.

Krok 5

Na schłodzony spód przełóż połowę musu, następnie połóż krążek galaretki wiśniowej i nałóż resztę musu, wyrównując powierzchnię. Tak przygotowane ciasto ozdób plasterkami cytrusów i wstaw do lodówki na ok. 2 godziny przed podaniem. Smacznego!

Wskazówki

Jeśli używasz mrożonych wiśni rozmroź je przed gotowaniem.

Kruchy spód:

- 150 g herbatników bez cukru
- 50 g masła Mazurski Smak

Mus cytrusowy:

- 200 g jogurtu typ grecki Mlekpól
- 300 g śmietanki UHT Łaciata 30%
- 200 ml soku z pomarańczy
- 2 - 3 łyżki erytrolu lub ksylitolu
- 2 łyżki żelatyny
- skórka starta z 1 cytryny

Galaretka wiśniowa:

- 300 g świeżych lub mrożonych wiśni
- 2 - 3 łyżki ksylitolu lub erytrolu
- 50 ml soku z pomarańczy

Dodatkowo:

Plasterki pomarańczy, limonki, pomarańczy sycylijskich