



całość (16 porcji) 2741 kcal
1 porcja ok. 147 kcal

Świąteczny dietetyczny sernik pierniczkowy

Składniki:

CIASTO:

100 g mąki jaglanej
100 g mąki gryczanej
100 g masła
szklanka zimnej wody
½ łyżeczki przyprawy do piernika

MASA SEROWA:

500 g twarogu chudego
5 dużych jajek
20 g skrobi z tapioki
20 g przyprawy do piernika

Sposób przygotowania:

CIASTO:

Do miski przesiać mąkę z przyprawą do piernika, dodać masło pokrojone na małe kawałki oraz wodę. Zagnieść ciasto, a następnie owinąć je w folię i włożyć na około 1h do lodówki. Po tym czasie rozwałkować ciasto na około 1-2cm, przełożyć je do tortownicy o średnicy około 20 cm. Przed pieczeniem nakłuć ciasto widelcem. Piec około 20 minut w piekarniku rozgrzanym do 220 stopni.

MASA SEROWA:

Do miksera przełożyć ser, przyprawę do piernika i skrobię z tapioki. Ucierać dodając po jednym jajku. Miksować do czasu, aż powstanie gładka masa.

Masę przełożyć na podpieczoną tartę, wyrównać wierzch. Piec około 60 minut w piekarniku rozgrzanym do 160 stopni. Po upieczeniu pozostawić do przestygnięcia. Przed podaniem udekorować ciasto w dowolny sposób.



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ SOI



POTRAWA
BEZ DROZDZY



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
WEGETARIAŃSKA



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA
BEZ CUKRU



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW