Tarta bezglutenowa z truskawkami, z kremem i z musem owocowym

Bezlglutenowa tarta z truskawkami. Pycha!

Dziś przepis na tartę. Bezglutenowa tarta z truskawkami z kremem jogurtowym i z musem owocowym. Idealne ciasto na pierwsze ciepłe wiosenne dni.

Tarta na orzechowo-kokosowym spodzie, z musem z owoców leśnych i słodkim jogurtem greckim z nutą pomarańczy, oczywiście wszystko bez dodatku cukru. Lubicie tarty? Ja bardzo. Ta tarta jest wprost idealna. Jak wiecie, ciasta bezglutenowe różnią się często w smaku od tych pszennych. Natomiast ta tarta jest bardzo smaczna, mocno owocowa i nie za słodka. Idealna tarta, dla miłośników ciast pszennych, nie do odróżnienia.

Dlaczego truskawki?

Są bardzo słodkie, ale zawierają mało cukru. Truskawki mają beta-karoten, witaminy z grupy B, żelazo, wapń, potas, magnez, dużo błonnika oraz bromelinę (enzym rozpuszczający białka). Gdybyście szukali informacji o bromelinie, to poprawia trawienie, pomaga usuwać toksyny, ma także właściwości przeciwzapalne. W 100 g truskawek znajdziesz tylko 28 kalorii (7 g weglowodanów, 0,7 g białka, tłuszczów 0,4 g i błonnika prawie 2g). Smacznego!

Zdjęcia wykonałam iPhonem7 plus

Inspiracja

Na spód potrzebujesz:

- **1 szklanka zmielonych na mąkę migdałów,**
- **1 szklanka wiórków kokosowych,**
- **80-100g rozpuszczonego oleju kokosowego,**
- **3 łyżki ksylitolu,**
- **1/2 szklanki mąki kokosowej**

Wszystkie składniki dokładnie wymieszaj łyżką. Wyłóż ciasto do formy na tartę (średnica 25 cm), uformuj brzeg dociskając. Piecz przez 15 minut w nagrzanym piekarniku do 180 stopni C (do zezłocenia). Odstaw do wystygnięcia.

Na mus owocowy potrzebujesz:

- **500 g owoców mrożonych (u mnie owoce leśne),**
- **ksylitol do smaku,**
- **20 g mąki ziemniaczanej/tapioki rozpuszczonej w 1/3 szklanki zimnej wody,**
- **1,5- 2 łyżeczki żelatyny/1 łyżka agar agar**

Warzywa zagotuj z mąką rozpuszczoną w wodzie. Dodaj żelatynę i ksylitol. Poczekaj do rozpuszczenia żelatyny. Zostaw do wystygnięcia. Następnie przełóż na migdałowo-kokosowy spód.

Na jogurtowy krem potrzebujesz:

- **400 g jogurty greckiego,**
- **sok wyciśnięty z 1 pomarańczy,**
- **10 g żelatyny + 1/2 szklanki zimnej wody,**
- **ksylitol do smaku**

Żelatynę wsyp do rondelka, zalej zimną wodą i poczekaj aż napęcznieje. Następnie podgrzej do jej całkowitego rozpuszczenia, ale nie zagotowuj. Kiedy lekko przestygnie, dodaj wstępnie kilka łyżek jogurtu i dokładnie wymieszaj, a potem dodaj już wszystkie składniki. Wstaw krem do lodówki na około 15 minut. Tężejący krem przełóż na ciasto. Ułóż sezonowe owoce i wstaw ciasto do lodówki na przynajmniej 3 godziny. Smacznego!

Fit sernik z musem truskawkowym

Sernik bez sera? Chyba jestem w tym specjalistką:) Przepis na inny sernik bez sera, za to z orzechów nerkowca znajdziesz tutaj. Ten z kolei jest z jogurtu greckiego i z mąką kokosową.

Dlaczego jogurt grecki?

Do wykonania tego sernika możesz użyć jogurtu greckiego lub sojowego. Jogurt grecki może być lepszy od innych jogurtów pod warunkiem, że:

- ma więcej białka niż inne jogurty (przynajmniej dwa razy

więcej),
- zawiera mniej węglowodanów niż tradycyjne jogurty,
- ma mniej sodu niż tradycyjny jogurt naturalny.

Z wielu źródeł internetowych wynika, że jogurtu greckiego nie powinny jeść osoby będące na diecie, gdyż zawiera on dużo tłuszczu. Jednak osobiście bardziej martwiłabym się o zawartość węglowodanów niż tłuszczów. Tłuszcz jest niezbędny np. do wchłaniania witamin, a zbyt duża podaż węglowodanów może przyczyniać się do otyłości. Ponieważ jestem na diecie bogatej w tłuszcz, uważam, że stwierdzenie, że tłuszcz jest zły, jest kłamstwem. Oczywiście trzeba też mieć wiedzę jakie tłuszcze wolno nam jeść. Jednak to nie jest dzisiaj najważniejszym tematem:)

Sernik ma posmak kokosowy, mąka kokosowa jest wyczuwalna. Jeśli ktoś nie lubi kokosów, nie będzie mu smakował. Konsystencja i kolor idealnie biały i kremowy.

Manufaktura Ciastek i nie tylko

Na formę o średnicy 20 cm potrzebujesz:

- 500 g gęstego jogurtu greckiego,
- 125 g ksylitolu,
- 12 jajek,
- 250 g mąki kokosowej

Wszystkie składniki wymieszaj dokładnie razem w misie robota kuchennego. Formę wyłóż papierem do pieczenia i wlej ciasto. Piecz przez ok. godzinę w 200 stopniach do tzw. suchego patyczka.

Na mus truskawkowy potrzebujesz:

- 200 g truskawek,
- odrobina wody,
- ksylitol do smaku,
- 6 łyżeczek żelatyny

Truskawki, wodę i ksylitol zagotuj i gotuj na małym ogniu do zmiękczenia. Następnie żelatynę wsyp do miseczki i nalej odrobinę zimnej wody, wymieszaj łyżeczką aż napęcznieje. Wlej do truskawek. Całość zblenduj i zostaw do całkowitego ostygnięcia.

Na wystygnięty sernik wlej masę truskawkową. Wstaw do lodówki. Masa dosyć długo gęstnieje. Smacznego!

Karmelowy sernik na zimno

(wysokobiałkowy i bezcukrowy)

Ten sernik powstał dlatego, że obecnie szerokim łukiem omijam węglowodany. Niech nikt mi nie mówi, że one dodają energii, bo mi dodają tłuszczu na brzuchu:) Sprawdzone, przetestowane na wszystkie możliwe sposoby:) Choć nie ukrywam, że w dni treningowe, muszę ich trochę zjeść, bo inaczej siły mniej. Ten sernik jest wysokobiałkowy, idealny dla tych, którzy chwilowo omijają węglowodany.

W naszych sklepach pojawiają się wreszcie alternatywne sposoby słodzenia potraw bez powodowania niepotrzebnych skoków glukozy, co ma uzasadnienie dla zdrowia, a jest szczególnie ważne dla cukrzyków i osób będących na redukcji.

Więc sernik, nieskromnie mówiąc, jest pyszny. Słodki, o lekko karmelowym smaku. Na spodzie bezcukrowe biszkopty, u góry bezcukrowa galaretka, pomiędzy warstwa kremowego puszystego sera.

Zdjęcie powstało w piękny słoneczny dzień. Właściwie sernika nie zostało za dużo do obfotografowania, bo dzień wcześniej posmakował już domownikom. Powiem szczerze, że w chwili fotografowania musiałam pilnować, by przypadkiem nie zniknął:) Z tyłu biała kartka papieru, miałam problem z oświetleniem przodu sernika, ale lekko rozjaśniłam ciacho w Photoshopie (ups, wydało się). Mimo tego, że dzień był jasny, to promienie słoneczne nie za bardzo chciały wpadać do pomieszczenia. Sony ILCE-7, ogniskowa 90mm, F/5,6 1/6 s, kompensacja naświetlania +1,3.

Potrzebujesz:

- **1 kg sera w pudełeczku, użyłam sera Pilos (11 g białka i 6 g tłuszczu w 100 g),**
- **10 łyżeczek żelatyny,**
- **10 łyżeczek erytrolu/ksylitolu,**
- **6 porcji karmelowej odżywki białkowej,**
- **2 opakowania galaretki bezcukrowej + 8 łyżeczek erytrolu/ksylitolu,**
- **opakowanie bezcukrowych biszkoptów**

Wykonanie: wyjmij serek z wiaderka i umieść w misie robota kuchennego, dodaj erytrol i odżywkę białkową. Wymieszaj. Do wysokiej miseczki wsyp żelatynę i nalej odrobinę zimnej wody, tak by żelatyna napęczniała i pokryła się cała zimną wodą. Delikatnie wymieszaj. Całość zalej wrzącą wodą, około 200 ml. Dokładnie wymieszaj, by w żelatynie nie było grudek (ja do tego używam blendera). Rozpuszczoną żelatynę wlej do masy serowej. Wszystko wymieszaj. Spód okrągłej formy (22cm) wyłóż ciasteczkami. Na to wyłóż masę serową. Wstaw do lodówki. W tym

czasie w 700 ml gorącej wody rozpuść dwie galaretki. posłodź 8 łyżeczkami eyrtrolu/ksylitolu. Kiedy lekko zacznie tężeć wylej ją na sernik. Całość wstaw do lodówki na minimum 4 godziny. Smacznego.

Torcik dyniowy

Bardzo smaczny torcik dyniowy. Zamiast biszkoptu miękkie, puszyste ciasto dyniowe przełożone waniliową bitą śmietaną i ozdobione pachnącymi mandarynkami. Polecam.

Inspiracja.

Składniki na mały, ale wysoki biszkopt dyniowy:

- **2 jajka**
- **1 szklanka cukru**

- **150 ml oleju roślinnego**
- **240 g musu dyniowego**
- **60 g wiórków kokosowych**
- **60 g posiekanych płatków migdałowych**
- **2 łyżeczki ekstraktu waniliowego**
- **200 g mąki pszennej**
- **szczypta soli**
- **1/2 łyżeczki proszku do pieczenia**
- **1 łyżeczka sody**

Składniki na masę śmietanową:

- **małe opakowanie żelatyny**
- **500 ml śmietany 30%**
- **cukier wedle uznania**
- **mandarynki do ozdobienia**

Przygotowanie ciasta

1. Jajka ubić z cukrem na puszystą piankę. Dodawać stopniowo suchych składników i mokrych.
2. Piec w nagrzanym piekarniku (150 stopni) około 1 godziny do suchego patyczka.
3. Wystudzone przeciąć na pół.

Przygotowanie masy śmietanowej

1. Ubić śmietanę na sztywno. Pod koniec ubijania dodać cukier.
2. Żelatynę rozpuścić we wrzątku. Można użyć blendera, by pozbyć się grudek z żelatyny.
3. Wymieszać ze śmietaną.
4. Wstawić masę do lodówki.
5. Kiedy masa stężeje, przełożyć ciasto i udekorować mandarynkami.
6. Smacznego!

Tort Elmo

Nad tym torciskiem (około 4 kg) sporo myślałam. Zadzwoniła do mnie dobra koleżanka czy nie podjęłabym się wykonania tortu dla jej córci na urodzinki. Miał mieć wzór Elmo. Trochę się wystraszyłam, bo nigdy nie robiłam tortu dla kogoś spoza Rodziny, i to jeszcze dla dziecka. A dzieci są bardzo wymagające. No i do tego ten Elmo. Ale zgodziłam się. Długo szukałam wzoru. Bardzo zależało mi na tym by tort się udał. Pierwszy się nie udał:))) Był cały na bitej śmietanie. I nie wiem dlaczego, ale rozpłynął mi się Elmo… Razem z całą Rodziną wsiedliśmy do auta i ruszyliśmy na zakupy po nowe składniki. Zdobienie u góry zrobiłam już z zupełnie innej masy. Nie jest może tak smaczna jak bita śmietana, ale wyszłam z założenia, że tort ma się przede wszystkim podobać, a później dopiero smakować. A że pierwszy tort z Elmo został przez nas zjedzony, więc wiem, że drugi Elmo też musi dobrze smakować. W końcu w masie śmietanowej był kilogram truskawek!

Składniki na biszkopt:

- **10 jaj**
- **2 szklanki cukru**
- **11/2 szklanki mąki pszennej**
- **1/2 szklanki mąki ziemniaczanej**
- **szczypta soli**
- **łyżeczka pasty z wanilii (można ominąć)**

Składniki na „farsz”:

- **1 kg truskawek**
- **500 ml śmietany kremówki minimum 30%**
- **1/2 szklanki cukru pudru**
- **10 łyżeczek żelatyny rozpuszczonej we wrzątku**
- **dżem truskawkowy**
- **sok truskawkowy rozcieńczony z wodą (około 2 szklanek, użyłam soku z poziomki, który zakupiłam w sklepie ze zdrową żywnością – mniam, bo bez syropu glukozowo-**

fruktozowego)

Składniki na wierzch, boki tortu i Elmo:

- **900 g cukru pudru**
- **16 łyżeczek mleka**
- **2 kostki margaryny do kremów**
- **2 łyżeczki aromatu waniliowego**
- **2 łyżeczki proszku bezowego (można ominąć)**

Przygotowanie biszkoptu

1. Proponuję rozłożyć pieczenie biszkoptu na dwa razy. Wtedy łatwiej jest ciasto podzielić na równe części.
2. Ubić białka na sztywno ze szczyptą soli.
3. Stopniowo dodawać cukier, potem żółtka i mąki. Cały czas ubijać.
4. Okrągłą formę o średnicy 23 cm spsikać sprayem do pieczenia lub samo dno wyłożyć papierem do pieczenia.
5. Wylać biszkopt do formy. Wstawić do nagrzanego piekarnika (175 stopni) i piec przez około 25 minut (do suchego patyczka).
6. Wyjąć biszkopt. Rzucić nim o ziemię, przewrócić do góry dnem na kratkę (bardzo ważna czynność – biszkopt będzie równy, nie opadnie, a dzięki kratce będzie równomiernie schnąć). Po wystudzeniu schować do zamrażarki na około 30 minut.
7. Wyjąć biszkopt z zamrażarki. Powinien być twardawy co ułatwi jego przekrojenie na równe blaty. Przeciąć biszkopt wzdłuż na dwa blaty.

Przygotowanie kremu truskawkowego

1. Ubić śmietanę na sztywno. Dodać cukier puder.
2. Zmiksować truskawki na płynną masę blenderem. Wmiksować rozpuszczoną żelatynę i wymieszać dokładnie z truskawkami blenderem, żeby uniknąć grudek.
3. Masę truskawkową wmieszać w ubitą śmietanę. Nie mieszać zbyt długo, by śmietana się nie zważyła,

4. Wstawić do lodówki na dwie, trzy godziny do stężenia.

Przygotowanie kremu na boki, wierzch i ozdoby tortu

1. W misie robota kuchennego umieścić wszystkie składniki. Zakryć misę wilgotną ściereczką, by cukier puder nie fruwał po całej kuchni:) Miksować na wysokich obrotach przez 7-8 minut aż masa stanie się biała. Masa będzie bardzo gęsta, wręcz sztywna. I oto chodzi!:)

Połączenie wszystkiego razem

1. Pierwszy blat nasączyć obficie. Posmarować dżemem. Położyć drugi blat.
2. Nasączyć. Nasmarować obficie kremem truskawkowym. Czynność powtórzyć.
3. Wierzch i boki tortu okrywać białym kremem. Wstawić do lodówki na około 30 minut.
4. Po wyjęciu z lodówki wygładzić boki i wierzch tortu papierem pergaminowym.
5. Można rysować Elmo i bawić się rękawem cukierniczym.
6. Smacznego!

Tort bezowy z waniliową bitą śmietaną

Chrupiąca beza, waniliowa bita śmietana i jagody. Przepyszne połączenie. Bezę piekłam trochę krócej niż zwykle i wyszła zdecydowanie smaczniejsza, bardziej puszysta w środku a z zewnątrz chrupiąca.

Torcik w smaku był lekki. Smak i wygląd całej Rodzinie

kojarzył się z obłoczkiem.

Torcik bezowy wykonywać według stałego przepisu, który znaleźć można tutaj: klik. Wyjątkowo podzieliłam bezę na dwa blaty, a nie na cztery. Tak też jest uroczo:)

Składniki na waniliową bitą śmietanę:

- **500 ml śmietany 30%**
- **4 łyżki cukru pudru**
- **dwie łyżeczki pasty waniliowej lub miąższ z laski wanilii**
- **5 łyżeczek żelatyny rozpuszczonej w 1/4 szklanki wrzącej wody**
- **można dodać śmietan fix**

1. Śmietanę ubić na sztywno. Na koniec dodać śmietan fix, cukier puder i pastę waniliową.
2. Żelatynę wymieszać dokładnie blenderem, by nie było grudek. Wmieszać do śmietany.
3. Ozdobić blaty bezowe śmietaną i posypać obficie

jagodami.
4. Smacznego!

Tort bezowy z kremem truskawkowym i pastą z wanilii polany sosem czekoladowym

Bardzo smaczny torcik bezowy. Lekki i puszysty. Z wierzchu bezy chrupiące, a w środku mięciutkie i puszyste. A wszystko w smaku truskawki i wanilii. Warto poświęcić trochę czasu na upieczenie bez.

Składniki na 4 blaty bezowe:

- **6 białek**
- **1 szklanka cukru pudru**
- **1 łyżeczka soku z cytryny**
- **1 łyżka mąki ziemniaczanej**
- **szczypta soli**
- **pół łyżeczki pasty z wanilii**

Składniki na krem truskawkowy z wanilią

- **500 ml śmietany 30% lub więcej**
- **6 łyżeczek żelatyny**
- **1/2 kg truskawek (mogą być mrożone)**
- **cukier do smaku**
- **łyżeczka pasty z wanilii**

Sos czekoladowy:

- **150 g gorzkiej czekolady rozpuszczonej w kąpieli wodnej**
- **1/4 szklanki jogurtu naturalnego**

Bezy

1. Proponuję podzielić pieczenie bez na dwa razy. Po dwa bezy na blaszkę wielkości piekarnika.
2. Ubić białka na sztywno ze szczyptą soli.
3. Stopniowo dodawać mąkę, cukier, sok z cytryny i pastę z wanilii. Ubijać aż masa bezowa stanie się błyszcząca.
4. Układać bezy w formie dwóch okręgów wielkości talerza na papierze do pieczenia. Im wierzch jest bardziej nierówny, tym lepszy efekt.
5. Wstawić do nagrzanego piekarnika (140 stopni) i piec przez godzinę.
6. Wyjąć i pozostawić do całkowitego wystygnięcia.

Krem i sos czekoladowy

1. Ubić śmietanę.
2. Rozpuścić w 1/4 szklanki wrzątku żelatynę (najlepiej zmielić ją blenderem, wtedy nie będzie grudek) i dodać do zblendowanych truskawek.
3. Wlać powoli do bitej śmietany. Wymieszać, tylko nie za długo, bo z masa może się zważyć. Dodać cukier wedle uznania i pastę z wanilii. Wymieszać do połączenia składników. Wstawić do lodówki do stężenia.
4. Masę układać na bezach. Górną bezę zostawić bez masy śmietanowej. Tutaj będzie sos czekoladowy.
5. Do rozpuszczonej czekolady dodać jogurt naturalny. Wymieszać.
6. Czekoladę rozprowadzić na torcie. Powinna mieć gładką i dość płynną konsystencję, ale na tyle sztywną by nie rozpływać się po bezie.
7. Smacznego!

Orzeźwiający biszkopt z musem z czarnej porzeczki i galaretką truskawkową

Dzisiaj jest bardzo gorąco i bardzo duszno. Nikt nie chce jeść czarnej porzeczki. Musiałam znaleźć dla niej zastosowanie. Ostatnia krajanka z czarną porzeczką była bardzo smaczna, ale na upały pomyślałam o czymś zdecydowanie lżejszym, nawet orzeźwiającym. Przepis jest w 100% mój, z czego jestem bardzo dumna. Bo i wynik mojego eksperymentu mnie nie zawiódł:)

Składniki na biszkoptowy spód:

- **3 jajka**
- **pół szklanki cukru (u mnie fruktoza)**
- **szczypta soli**

- **pół szklanki mąki pszennej**
- **1/4 szklanki mąki ziemniaczanej**

Składniki na mus z czarnej porzeczki:

- **500 g czarnej porzeczki wymytej i oczyszczonej z gałązek**
- **250 g serka mascarpone**
- **300 g śmietany kremówki**
- **4 łyżki cukru pudru (u mnie fruktoza)**
- **8 łyżeczek żelatyny rozpuszczonej w 1/4 szklanki wrzątku**

Składniki na galaretkę:

- **2 opakowania galaretki (u mnie truskawkowa)**
- **750 ml wrzątku**

Przygotowanie biszkoptu

1. Ubić białka ze szczyptą soli na sztywno. Dodawać po kolei żółtka i pozostałe składniki cały czas mieszając.
2. Wlać do okrągłej formy (23 cm) posmarowanej sprayem do pieczenia (lub wyłożonej papierem do pieczenia, ale tylko spód).
3. Wstawić do nagrzanego piekarnika (175 stopni) i piec 20 minut (do suchego patyczka).
4. Wyjąć, rzucić o podłogę i wystudzić biszkopt. Nie wyjmować z formy do czasu wystudzenia.

Przygotowanie musu z czarnej porzeczki

1. Ubić śmietanę na sztywno na koniec dodając cukru. Wmieszać serek mascarpone.
2. W blenderze zmiksować czarną porzeczkę. Wlać rozpuszczoną żelatynę i przez chwilę miksować (dzięki zmiksowaniu unikniemy grudek w masie).
3. Wlać porzeczki z żelatyną do bitej śmietany.
4. Rozpiąć bok formy i wyjąć biszkopt. Zdjąć spód formy z biszkoptu. Położyć biszkopt na płaskim (u mnie czerwony duży płaski talerz).
5. Zapiąć biszkopt bokiem formy (bez spodu). Dzięki temu

ciasto będzie mieć ładny kształt.

6. Wylać mus na biszkopt. Wyrównać. Wstawić do lodówki na godzinę do stężenia. W

Przygotowanie galaretki

1. Galaretki przygotować zgodnie z instrukcją na opakowaniu, ale ze zmniejszonej ilości wody (750 ml).
2. Ostudzić. Najlepiej w lodówce. Tężejącą galaretkę wylać na biszkopt z musem. Dalej chłodzić w lodówce do stężenia galaretki.
3. Ciasto przechowywać w lodówce.
4. Smacznego!

Maślane Cupcakes z białą czekoladą

Różnica jest taka: cupcake jest na maśle, a mafina na oleju. Cupcake w papilotkach, a mafina może być pieczona bez lub w foremce. Zatem dzisiaj maślane cupcakes…z białą czekoladą. Mniam, mniam. Pycha!!!!

Składniki na 12 cupcakes:

- **szklanka mleka**
- **2 łyżeczki ekstraktu waniliowego**
- **250 g masła**
- **140 g białej czekolady**
- **łyżeczka proszku do pieczenia**
- **1/2 łyżeczki sody oczyszczonej**
- **240 g mąki pszennej**

- **szczypta soli**
- **240 g cukru (u mnie fruktoza)**
- **2 roztrzepane jajka**

Rytuał przygotowywania cupcakes (mokre i suche składniki osobno):

1. W garnuszku rozpuścić mleko, masło, czekoladę, ekstrakt. Odstawić do wystygnięcia.
2. Przesiać mąkę, dodać sody, proszku do pieczenia, cukru i soli. Wymieszać.
3. Wlać wystudzone mokre składniki plus roztrzepane jajko. Wymieszać.
4. Wypełnić papilotki do 3/4 ich wysokości. Wstawić do rozgrzanego piekarnika (160 stopni) i piec przez około 25 minut do suchego patyczka.
5. Ostudzone cupcakes przyozdobić ulubionym kremem. Bez tego nie ma cupcakes:)

Krem do ozdobienia:

- **250 g serka mascarpone**
- **500 ml śmietany 30%**
- **2-3 łyżki cukru pudru (u mnie fruktoza)**
- **2 łyżeczki żelatyny**

1. Ubić śmietanę. Na koniec ubijania dodać cukru.
2. Serek wymieszać z rozpuszczoną żelatyną (w 1/4 szklanki wrzącej wody). Ja używam do tego celu blender – nie ma grudek od żelatyny ani od serka.
3. Wmieszać do bitej śmietany. Można dodać ulubionego koloru barwnika.
4. Wstawić do lodówki na co najmniej 30 minut.
5. Dekorować cupcake za pomocą rękawa cukierniczego.
6. Uczta dla oczu i podniebienia gotowa:) Smacznego:)

Rurki z kremem śmietanowym

Cóż to był za przebój urodzin, te rurki z kremem śmietanowym. Z całej tacki nie zostało nic!!!! Mimo, że są dość pracochłonne, to dla efektu końcowego warto trochę dłużej pozostać w kuchni. Krem śmietanowy na bazie bitej śmietany dłużej pozostaje puszysty niż zwykła bita śmietana. Naprawdę polecam.

Kruche ciasto na około 30 rurek o około 8 cm długości:

- **250 g mąki pszennej**
- **125 g masła**
- **szczypta soli**
- **125 g gęstej śmietany (u mnie 30%)**

Krem śmietanowy:

- **500 ml śmietany 30%**
- **250 g serka mascarpone**
- **3 łyżeczki żelatyny**
- **2 łyżki cukru pudru (u mnie fruktoza)**

Rurki

1. Wszystkie składniki szybko ugnieść i uformować kulę.

Wstawić do lodówki owiniętą w folię aluminiową na przynajmniej godzinę.
2. Wyjąć ciasto. Rozwałkować na blacie posypanym mąką na grubość 2 mm i długość około 20-25 cm.
3. Wyciąć nożykiem długie paski o szerokości 2 cm każdy.
4. Nawijać paski na rurki metalowe (specjalnie przeznaczone do rurek), które wcześniej należy spsikać sprayem typu Bake Easy lub posmarować masłem.
5. Tak przygotowane rurki obtoczyć w cukrze i piec w piekarniku (200 stopni) przez około 15 minut.
6. Po wystygnięciu metalowe rurki wyjąć z naszych rurek.

Krem:

1. Ubić śmietanę na sztywno.
2. Dodać serek mascarpone z dwoma łyżkami cukru pudru (u mnie fruktoza).
3. Dodać wystudzoną, a wcześniej roztopioną w 1/4 szklanki wrzątku żelatynę.
4. Wymieszać by nie było grudek.
5. Wstawić do lodówki na około 30 minut.
6. Nabijać rurki kremem przy pomocy rękawa cukierniczego i okrągłej tyłki o średnicy około 1 cm.
7. Smacznego!