

Paahdettua nektariinia ja vaniljalla maustettua tuorejuustoa



30 min. 358 kcal SteviaSweet Crystal

Valmistus

Vaahdota tuorejuusto pehmeäksi ja lisää joukkoon vanilja, makeutusaine ja kerma. Vatkaa, kunnes seos kuohkeutuu. Laita tuorejuustokreemi jääkappiin odottamaan.

Puolita nektariinit ja poista kivi. Sulata voi paistinpannulla. Lisää makeutusaine ja mausteet ja anna kiehahtaa. Asettele nektariinit kuumaan seokseen leikkauspinta alaspäin ja anna niiden paahtua noin 5 minuuttia. Käännä nektariinit ja paahtaa vielä hetki.

Annostele hedelmät tarjoiluastioihin tuorejuustokreemin kera ja koristele tuoreella mintulla. Tarjoile heti.

Ainekset 4 annosta

| | |
|--------|---------------------------------------|
| 4 kpl | kiinteitä nektariineja tai persikoita |
| 50 g | voita |
| 3 tl | jauhettua kanelia |
| 1 tl | jauhettua inkivääriä |
| 1/2 dl | SteviaSweet Crystal |

Tarjoiluun

| | |
|--------|---------------------|
| 200g | tuorejuustoa |
| 1/2 dl | kuohukermaa |
| 1/2 tl | jauhettua vaniljaa |
| 1 tl | SteviaSweet Crystal |
| | Tuoretta minttua |

Ravintoarvot per annos

| | |
|------|------------------|
| 358 | kcal |
| 1504 | kJ |
| 5.5 | g Proteiinia |
| 15 | g Hiilihydraatit |
| 31 | g Rasvaa |