

# MAZUREK KOKOSOWY Z MALINAMI

---

Liczba porcji	Czas	Liczba kalorii	Białko	Węglowodany	Tłuszcze
<b>12 os.</b>	<b>40</b>	<b>238 kcal</b>	<b>3</b>	<b>24</b>	<b>15</b>

---

Tego ciasta nie da się nie polubić. Jest przepyszne, nie za słodkie, nie mdłe. Spód jest bardzo kruchy, a całość rozpływa się w ustach :)

Ważne jest, by mleko kokosowe na budyń było gęste i tłuste, dlatego polecamy to z zawartością 85% ekstraktu z kokosa. Napoje kokosowe nie nadają się, całkowicie psują smak ciasta.

## SKŁADNIKI

### ciasto

- 1 szklanki mąka ryżowa
- 1/2 szklanki mąka jaglana
- 3 łyżki mąka ziemniaczana
- 1 łyżeczka proszek do pieczenia
- 80g masło klarowane
- 2 szt. żółtko jaja kurzego
- 3 łyżki erytrytol
- 2-3 łyżki woda, zimna

### budyń kokosowy

- 400 ml mleko kokosowe Real Thai
- 2 łyżki mąka ziemniaczana
- 1 szt. żółtko jaja kurzego
- 2 łyżki erytrytol

### sos malinowy

- 200g maliny świeże lub mrożone
- 2 łyżki sok z cytryny
- 1 łyżka erytrytol

## PRZYGOTOWANIE

1. Wszystkie składniki na ciasto, oprócz wody, przełożyć do miski i wyrabiać. Następnie dolać 2-3 łyżki zimnej wody – wodę dodawać stopniowo, między czasie wyrabiając ciasto. Ciasto będzie się kruszyło, nie będzie elastyczne, tak jak z mąki pszennej. Ale nie przejmować się tym. Tak przygotowane ciasto przełożyć na dno formy (wymiary 21x25cm) wyłożonej papierem do pieczenia. Ciasto ponakłuwać widelcem, piec w temp. 180 stopni przez 15-20 min.
2. Przygotować budyń. 200 ml mleka zagotować z erytrytolem. Pozostałą ilość mleka zmiksować z

żółtkami i skrobią ziemniaczaną. Następnie przygotowaną mieszankę wlać do gotującego się mleka i mieszać intensywnie do powstania budyniu.

3. Przygotować sos. Maliny przełożyć do garnka, dodać sok z cytryny i erytrytol. Gotować około 15 min, aż maliny puszczą sporo soku. Następnie przetrzeć przez drobne sitko, by pozbyć się pestek.
4. Na upieczony spód wyłożyć budyń, polać sosem malinowym. Schłodzić w lodówce przez min. godzinę. Ozdobić dowolnie. Przechowywać z lodówce.