

Апельсиновая панакота



На 100 грамм:
Калорийность: **89.12 ккал.**
Белки: **4.42 г.**
Жиры: **4.19 г.**
Углеводы: **8.62 г.**

Количество порций: **3 шт.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/apelsinovaya-panakota/>

Ингредиенты:

- большой апельсин 1шт
- желток 2 шт
- молоко 75 г
- сахар 20 г
- желатин 10 г
- вода 100 г

Приготовление:

С апельсина натереть цедру, чем больше, тем ароматнее будет

Выжать из апельсина сок

Замочить желатин в холодной воде на 10 минут. Через 10 минут добавить половину сока в желатин

Взбить желтки до светло-желтой пены

Вскипятить молоко, добавить цедру, сахар, дать провариться 2 минуты. Добавить оставшийся апельсиновый сок и ввести тонкой струйкой желтки.

Варить на медленном огне 12 минут, постоянно помешивая. Цедра будет отдавать свой аромат. Дать немного остыть.

Желатин до конца растворить, очень удобно в микроволновке (200W 1 минута), но если микроволновки нет, то можно на водяной бане, главное не давать желатиновой смеси кипеть. Смешать желатиновую смесь с молочно-апельсиновой заготовкой и разлить по формочкам (3 формочки объемом 80мл)