Йогуртовый низкокалорийный торт с киви и бананом

На 100 грамм:
Калорийность: **144,48 ккал.**
Белки: **3,45 г.**
Жиры: **6,07 г.**
Углеводы: **19,71 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/jogurtovyj-nizkokalorijnyj-tort-s-kivi-i-bananom/

Ингредиенты:
- 200 гр песочного печенья
- 70 гр сливочного масла
- 4 киви
- 2 банана
- 500 мл йогурта
- 70 гр сахара
- 1 столовая ложка лимонного сока
- 4 чайные ложки желатина
- 0.5 стакана кипяченой воды

украшение торта:
- 2 киви
- 40 гр миндальных лепестков

Приготовление:
Печенье измельчить в крошку и добавить размягчённое сливочное масло (если масло твёрдое, то его можно растопить на водяной бане).
Перемешать всё в однородную массу.
Разъёмную форму застелить пергаментом и выложить печенье в корж. Поставить заготовку в холодильник минимум на 30 минут.
Залить желатин 0,5 стакана воды и оставить его разбухать на 25-30 минут.
Киви очистить и нарезать кубиками. Соединить киви, лимонный сок и сахар.
Прогреть всё на среднем огне 2-3 минуты, чтобы киви выделили сок, затем остудить.

В полученную массу влить желатин и йогурт. Хорошо всё перемешать.
На корж выложить 1-2 порезанных банана. Затем залить всё йогуртовой массой и поставить застывать в морозильную камеру или холодильник на 6 часов или на ночь.
Готовый торт вынуть из формы и аккуратно удалить пергамент.
Украсить ломтиками киви и слегка обжаренными миндальными лепестками.