

Клубничное суфле



На 100 грамм:
Калорийность: **45,67 ккал.**
Белки: **4,8 г.**
Жиры: **0,77 г.**
Углеводы: **4,74 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/klubnichnoe-sufle/>

Ингредиенты:

- молоко 1% - 250 г
- клубника - 70 г (у нас замороженная)
- желатин - 10 г
- вода - 35 мл
- подсластитель - по вкусу

Приготовление:

Желатин залить водой минут на 5 (если хороший).

Клубнику взбить блендером.

Добавить в желатин молоко около 100 мл и подгореть до полного растворения.

НЕ КИПЯТИТЬ! Затем миксером смешать все ингредиенты вылить в форму.

Можно в чашку.

Поставить в холодильник до застывания.