

# Шоколадно-ягодный торт



На 100 грамм:  
Калорийность: **103 ккал.**  
Белки: **10,1 г.**  
Жиры: **4,1 г.**  
Углеводы: **5,9 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/shokoladno-yagodnyj-tort/>

## Ингредиенты:

- отруби овсяные или пшеничные 12 ст. ложек
- какао-порошок 4 ч.л
- сода 1 ч.л. гашеная уксусом
- яйцо куриное 4 шт
- творог пастообразный 2% 250 гр
- соль 2/3 ч.л
- сахарозаменитель
- желатин 15 гр
- ванилин
- молоко 50 мл
- натуральный йогурт 300 мл
- ягоды 150 гр (у меня была горсть замороженной вишни)

## Приготовление:

Вообще рекомендуется смолоть отруби в муку, но я этого не делаю, итак вкусно). Соединить творог и яйца, сахарозаменитель, какао, ванилин. Добавить отрубей. Добавить соль (2/3 чайной ложки). Хорошо перемешать. Получится неоднородная смесь. В столовую ложку всыпать 0,5 ч.л. соды и погасить ее 0,5 ст.л. уксуса, помешать кончиком ножа, после реакции влить содержимое ложки в отрубную смесь. Перемешать. Начинайте разогревать духовку как только начинаете затевать подготовку продуктов, духовка должна прогреться минут 20 при 180С. Желатин залейте 50 мл холодного молока и оставьте набухать мин на 30-40. Форму для запекания проложить бумагой для запекания, форму берите небольшую чтоб корж получился не слишком тонким и его можно было разрезать пополам. обсыпать дно формы отрубями.

Это делается, чтобы хлеб не прилип к форме.

Выбирайте для этой цели именно пшеничные хлопья- они легкие и срабатывают как сухари, а также придают приятный вкус.

Разровняйте массу в форме. Выпекать в хорошо разогретой духовке при 180-200С 40-45 минут, но в любом случае до румяной корочки.

Корж должен подрасти где-то в 1,5 раза. Затем выключайте духовку, но держите корж внутри еще минут 20-30.

Дайте коржу немного остыть и разрежьте **ОСТРЫМ** ножом на 2 коржа!

Желатин наш набух, ставим его на медленный огонь и помешиваем до полного растворения, следите чтоб не закипел! немного остудите.

Вишню смолите в блендере , добавьте сахарозаменитель, йогурт, растворенный в молоке желатин, 1/5 ч.л. соли и хорошо перемешайте.

В форму для торта или пластиковый контейнер (если коржи у вас прямоугольные) положите один корж, корочку проткните несколько раз вилкой чтоб смесь прошла через корочку и немного впиталась.

Залейте сверху половиной йогуртовой массы и поставьте в морозилку минут на 10. часть смеси впитается в корж, часть немного застынет.

Сверху положите второй корж, так же зарежьте его вилкой несколько раз и залейте оставшимся вишневым йогуртом. уберите в морозилку на 10 мин, затем уберите в холодильник часа на 4, а лучше на ночь).

Готовый торт посыпьте вяленой вишней или чем хотите.