

Воздушный творожный десерт с яблочным муссом и лаймом



На 100 грамм:
Калорийность: **70.13 ккал.**
Белки: **5.6 г.**
Жиры: **2.79 г.**
Углеводы: **5.47 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/vozdushnyj-tvorozhnyj-desert-s-yablochnym-mussom-i-lajmom/>

Ингредиенты:

- 500 г пастообразного творога
- 2 яичных белка
- стевиозид по вкусу
- сок и цедра 1 лайма
- 2 средних яблока (желательно одно сладкое, второе кисловатое - антоновка подойдет как нельзя лучше)
- миндальные лепестки

Приготовление:

Белок взбить со щепоткой соли до плотности, отдельно взбить творог со стевиозидом (либо сахаром) и добавить половину всего сока лайма. Аккуратно вмешать белок в творожную массу.

Яблоко очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками, смешать с соком и цедрой лайма, коричневым сахаром, запечь до мягкости. Я запекаю в микроволновке, так быстрее. Размять яблоки в пюре и остудить.

В креманки слоями выкладывать творожную массу и яблочное пюре, немного миндальных лепестков. Украсить ими же.

Это очень нежно, безумно вкусно и так легко, что можно съесть большую порцию и не думать ни о каких последствиях. Легкая дымка сладкого, тающего во рту творожного мусса сменяется чуть кисловатым, с ноткой экзотичного лайма яблочного мусса, затем снова погружение в сладость белоснежного слоя.