

Ягодный зефир



На 100 грамм:
Калорийность: **57,38 ккал.**
Белки: **5,32 г.**
Жиры: **0,32 г.**
Углеводы: **7,6 г.**

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

Ингредиенты:

- ягоды - 200 г (у нас клубника)
- желатин - 15 г
- лимон - 1/2 шт
- подсластитель - по вкусу

Приготовление:

Разморозьте клубнику. Сок сохраните. Превратите ягоды в однородное пюре с помощью блендера. Добавьте желатин, дайте ему набухнуть несколько минут (следуйте инструкциям на упаковке), затем добавьте подсластитель и лимонный сок, перемешайте и нагревайте на небольшом огне, помешивая, до полного растворения желатина. Не кипятите! Теперь дайте смеси остыть до комнатной температуры и взбивайте миксером 5-7 минут на высокой скорости, пока смесь значительно не увеличится в объеме, посветлеет и станет густой. Форму для застывания выложите вощеной бумагой для выпечки, на бумагу выложите клубничную массу и разровняйте. Оставьте в прохладном месте, не накрывая, для застывания на несколько часов. Когда масса застынет, переверните форму и удалите бумагу. Нарезьте кубиками и подавайте.