

KetoMix pentru Cozonac by Cristina Ionita 400g - FitFood

Ingrediente: fibre de bambus, tărațe de psyllium, făină de migdale, praf de copt, gumă guar

Declarație nutrițională Per 100g

Valoare energetică:	526 Kcal
Lipide:	25g
Proteine:	20g
Carbohidrați:	58g
din care fibre	49g

CARBOHIDRAȚI NET 9g

ATENȚIE: Poate conține urme de: soia, nuci, alune, lapte, ouă, gluten

REȚETĂ COZONAC:

Ingrediente aluat cozonac:

- 200 grame KetoMix Cozonac
- 2 ouă întregi
- 50g îndulcitor
- 2 gălbenușuri
- 60g unt topit
- 200 ml chefir
- 7g drojdie uscată activă

Mod de preparare: Se mixează ouăle cu chefirul, drojdia și îndulcitorul, apoi se adaugă treptat ketomix cozonac, până la obținerea unui aluat omogen. La final, se adaugă untul topit și se încorporează. Aluatul astfel obținut se ține o oră la dospit, în vas acoperit.

Pentru umplere, se împarte aluatul în 2 bile egale și se întind foi de aproximativ 5-8 mm grosime. Se pot umple cu cacao, nucă, fructe de pădure ori amestec de brânză cu ou și îndulcitor. Se rulează și se asează cozonacii astfel obținuți în tăvi tapetate cu hârtie de copt. Se mai lasă la crescut aproximativ o oră, pe aragaz, acoperiți cu un șervet. Se coc o oră la 180 grade, pe treapta de sus a cuptorului.

A se păstra la loc uscat și răcoros.

A se consuma înainte de: vezi data pe ambalaj.

Produs în România