

TORTÁK

Epres-citromos piskótatekercs-torta

Nagyon finom lett a mák és a citrom párosítása, az eper pedig csak fokozta az élvezetet! 😍😋

Mennyiség: 24 cm átmérőjű torta

222,8
kcal

2,7 g felszívódó szénhidrát

5,5 g Rost

4,8 g Fehérje

MINDEN, AMIRE SZÜKSÉGED LESZ

Hozzávalók

- 1 zacskó Narancsos Fibriya piskóta rostmix
- 6 tojás
- 20 g MCT kókuszlaj
- 30 ml víz
- 80 g Balance édesítő

1. Krém

- 3 ek cukormentes eperlekvár
- 100 g mascarpone
- 1 tk Fibriya zselésítő

2. Krém

- 200 ml tejszín
- 250 g mascarpone
- 1 dl citromlé
- 2 bio citrom reszelt héja
- 2 ek Balance édesítő
- 50 g citrom ízű Fibriya zselé desszertpor

Külső krém

- 250 g mascarpone
- 1 dl citromlé
- 2 bio citrom reszelt héja
- 2 ek Balance édesítő
- 20 g citrom ízű Fibriya zselé desszertpor

LÉPÉSRŐL LÉPÉSRE

Elkészítés

1. Narancsos piskóta Fibriya rostmixet készítettem el utasítás szerint. Tettem hozzá 3 ek. darált mákot. Egy tepsibe simítottam, és 170 fokon 25 percig sütöttem. Még langyosan konyharuha segítségével feltekertem.
2. Közben készítettem egy epres és egy citromos tejszínes, mascarponés krémet.
3. A piskótát ezekkel megkentem, és csíkokra vágtam. Torta alakúra tekertem a csíkokat.
4. Kívülről is citromos krémmel kentem le.
5. Eperrel és citromhéjjal díszítettem.

Tápérték

Tápanyag	100 g	1 24 cm átmérőjű torta
Energia	222,8 kcal	4066,1 kcal
Energia	921,5 kJ	16816,5 kJ
Zsír	20,0 g	365,6 g
– amelyből telített zsírsavak	12,3 g	224,4 g
Szénhidrát	12,3 g	224,6 g
– amelyből cukrok	2,3 g	41,5 g
– amelyből poliolok	9,6 g	174,9 g
Felszívódó (nettó) szénhidrát	2,7 g	49,8 g
Rost	5,5 g	100,3 g
Fehérje	4,8 g	87,6 g
Só	0,4 g	6,4 g

[Recept megnyitása a Fibriya Receptek oldalon](#) ↗