



TORTÁK

Krémes, szilvás piskóta Fibriya Natúr Piskóta rostmixből

Fibriya Natúr Piskóta Rostmixből készülő szilvás piskóta, amelyet instant, hideg desszertkrém borít. A sütemény tetejére félbevágott szilva, fahéj és friss mentalevél kerül.

Mennyiség: 10 szelet szilvás piskóta

82,4
kcal

4,0 g felszívódó szénhidrát

4,7 g Rost

4,2 g Fehérje

MINDEN, AMIRE SZÜKSÉGED LESZ

Hozzávalók

Hozzávalók egy 27 cm-es tortaformához:

- 30 g vaj
- 4 tojás
- Vanília aroma
- 50 ml tej
- 80 g Fibriya Balance Mix Édesítő
- 40 g Fibriya Natúr Piskóta Rostmix

Instant, hideg krémhez:

- Fél csomag (50 g) Fibriya Zero Desszertpor a kedvenc ízedben (legjobban passzol a recepthez a fehér csokis vagy a vaníliás)
- 4 dl tej (növényi is megfelel)

A süti tetejére:

- 6–8 szem szilva félbevágva
- Fahéj ízlés szerint
- Friss mentalevél

LÉPÉSRŐL LÉPÉSRE

Elkészítés

Elkészítés – piskóta

1. Először keverd össze az olvasztott vajat, tojásokat (egyben beleütve), édesítőt, tejet és az aromát. Keverd simára ezeket, majd add hozzá a rostmixet. Keverd össze alaposan, csomómentesen, azután öntsd sütőpapírral bélelt tortaformába.
2. Sütés: 160 fokon, alsó-felső sütési módon, légkeverés nélkül 40 perc.

Elkészítés – krém

1. A fél csomag (50 g) Fibriya Zero Desszertport öntsd egy tálba, majd folyamatos kevergetés mellett (habverővel vagy egy villával) keverd csomómentesre. Nem szükséges édesítőt hozzáadnod, ezt már tartalmazza a desszertalapunk. Hagyd állni 5 percig, azután csurgasd a kihűlt piskóta tetejére.
2. Koronázd meg friss szilvával, őrölt fahéjjal és kevés mentával.

Tápérték

Tápanyag	100 g	1 szelet szilvás piskóta
Energia	82,4 kcal	94,9 kcal
Energia	343,6 kJ	395,6 kJ
Zsír	4,4 g	5,0 g
– amelyből telített zsírsavak	2,2 g	2,5 g
Szénhidrát	10,5 g	12,1 g
– amelyből cukrok	3,8 g	4,4 g
– amelyből poliolok	6,6 g	7,6 g
Felszívódó (nettó) szénhidrát	4,0 g	4,6 g
Rost	4,7 g	5,5 g
Fehérje	4,2 g	4,8 g
Só	0,3 g	0,3 g

[Recept megnyitása a Fibriya Receptek oldalon](#)