

PIANKA TRUSKAWKOWA Z BIAŁEK

Pianka truskawkowa z białek to słodkie wspomnienie mojego dzieciństwa. Do dziś pamiętam jak razem z siostrą, w okresie letnim, zajadałyśmy się tym słodkim deserem z truskawek. Oprócz słodkich wspomnień, zachowała się w mojej pamięci nazwa tego słodkiego deseru: 'bita śmietana z truskawek', która jak się okazało z bitą śmietaną nie ma nic wspólnego ;). Na szczęście smak był i nadal jest ten sam – niebiańsko truskawkowy! Gwarantuję, że smak delikatnej pianki truskawkowej na długo zostanie w Waszej pamięci :).

Ważne!

Do pianki truskawkowej najlepiej użyć pasteryzowanych białek, które są wolne od salmonelli. Przelewanie wrzątkiem jajek nie zabija bakterii salmonelli. Dowiedziałam się tego na szkoleniu u [Agnieszki Obłoczy](#). Pasteryzowane białka można kupić w niektórych marketach spożywczych lub w sklepach internetowych. Można też kupić jajka naświetlane, które są odkażone i bezpieczne do użycia. Ale nie wiem dokładnie gdzie takie jajka można dostać (prawdopodobnie w marketach mogą być dostępne).

Obserwuj 'SP' na [FB](#) i [INSTAGRAMIE](#), aby nie przegapić przepisów!

Składniki na 12 słoiczków (125 ml):

- 2½ szkl pokrojonych truskawek
- ok 74-76 g białek pasteryzowanych
- 80 – 100 g drobnego cukru lub 2-3 łyżki miodu, do smaku

Wykonanie:

1. Truskawki myjemy, obieramy i kroimy na połówki. Za pomocą blendera dokładnie je rozdrabniamy, aż uzyskamy purę.
2. W misce umieszczamy białka, cukier i puree truskawkowe. Za pomocą miksera ubijamy całość, aż otrzymamy puszystą piankę truskawkową (5-8 min).
3. Gotową piankę przekładamy do słoiczków i dekorujemy wiórkami kokosowymi. Pianka truskawkowa najlepiej smakuje schłodzona, dlatego przechowujemy ją w lodówce.
4. Truskawkami dekorujemy deserki tuż przed podaniem, ponieważ delikatna pianka truskawkowa z białek długo nie utrzyma na powierzchni ciężkich truskawek :).

Dodatkowo:

- wiórki kokosowe, do dekoracji

- 12 małych truskawek, do dekoracji

Uwagi:

1. Ilość cukru zależy od truskawek. Jeśli są bardzo słodkie to 80 g wystarczy.

Smacznego ☐

***Podoba Ci się przepis? Będzie mi miło jeśli udostępnisz
go dalej!***

Kopiowanie tekstu i zdjęć zabronione.