



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KREMALI FRAMBUAZ TATLISI

4 kişilik
250 gram frambuaz
2 çay kaşığı diyet şekeri
200 gram diyet yoğurt
Ayrıca 1 çorba kaşığı diyet şekeri
2 tatlı kaşığı krema
3 çorba kaşığı jelatin
1 çorba kaşığı su

Frambuazlardan 16 adet ayırın. Doğrayın. Dört adet dondurma kupunun altına eşit miktarda bölüştürün. Diğer frambuazları ve şekeri blendırdan geçirip, kupa dökün. Yoğurdu diğer şeker ve krema ile karıştırın. Jelatinini suda eritin (bu işlem için jelatinini soğuk suyun içine koyun, sıcak su kabının içine oturarak eritin). Jelatinini yarısını frambuaz karışımına ekleyin. Kalan jelatinini ise yoğurda ekleyin. Frambuaz karışımının yarısını tabaklara bölün. Buzdolabında tutun. Buzdolabından çıkartıp, tekrar dolaba koyun. Çıkartıp frambuaz karışımının geri kalanını koyun. Buzdolabında bir süre bekleterek iyice katılaşmasını sağlayın. Nane yaprağı ve bütün frambuazlarla süsleyerek servis yapın.