

② Паровое шоколадно-лимонное суфле

----->

Это один из особенно удачных вариантов творожного суфле на пару, которое определено лучше в холодном виде. Если вы любите яркий шоколадный вкус, какао-порошка берите больше. Не стоит использовать смеси с молоком и сахаром, берите просто чистый какао-порошок.

НА 2 ПОРЦИИ ПОТРЕБУЕТСЯ:

творожное тесто

творог – 400–500 г

яйца – 2 шт.

кефир – 50–100 г

вкусовые добавки

сок и тертая цедра 1/2 лимона

какао-порошок – 1 ч. ложка

сахар – 4 ст. ложки

(или сахарозаменитель)

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. Все ингредиенты теста, кроме какао, смешать блендером. Или протереть творог, взбить яйца венчиком и смешать все вместе с кефиром.
2. Большую часть творожной массы выложить в формочки.
3. В оставшийся творог добавить какао и перемешать.
4. Выложить тесто с какао в формочки на белую творожную массу.
5. В чашу мультиварки налить стакан воды, установить корзину для пара, в нее поставить формочки.
6. Готовить суфле *на пару* 15 минут.



