

Proteinski vanilija puding sa malinama



Potrebni sastojci za 3-4 porcije:

Džem sa malinama i čia sjemenkama:

- 290 g malina (zamrznute ili svježe)
- 20 g zaslađivača eritritol (ili po vašem izboru)
- 2 kašike Dr. Oetker Vanilla Arome
- 25 g čia sjemenki

Puding sloj:

- 6 dl mlijeka
- 2 vrećice Dr. Oetker High Protein Pudding – okus vanilija

Još potrebno:

- mljevene i sjeckane pistacije

Priprema:

Džem sa malinama i čia sjemenkama:

U odgovarajućoj šerpici zagrijavati maline i zaslađivač pa usitniti štapnim mikserom. Kad prokuhaju kuhati oko 1 minut pa smaknuti sa šporeta i ostaviti da se ohlade. U ohlađene maline dodati aromu vanilije i čia sjemenke pa promiješati. Ostaviti sa strane dok pripremate puding.

Puding sloj:

Mlijeko zagrijavati u odgovarajućoj šerpi. Kad prokuha smaknuti sa šporeta i odmah umiješati Dr. Oetker High protein puding. Miješati energično oko 1 minut dok se smjesa bago ne zgusne i postane kremasta.

Puding ravnomjerno rasporediti u desertne čaše, a preko pudinga rasporediti i malina džem sa čia sjemenkama.

Rashladiti u frižideru a zatim ukasiti mljevenim i sjeckanim pistacijama i poslužiti.

Prijatno!