

Ингредиенты



Необходимо

| | |
|---|---|
| Овсяная мука <i>(или геркулеса 15+ минут варки)</i> | * |
| Цельнозерновая рисовая мука | * |
| Разрыхлитель | * |
| Подсластитель <i>(мой в 20 раз слаще сахара)</i> | * |
| Соль | * |
| Ванилин, ванильный экстракт или натуральный ароматизатор | * |

Необходимо

| | |
|---|---|
| Растительное масло без запаха <i>(у меня масло виноградной косточки)</i> | * |
| Молоко 1,5-3,5% | * |
| Яйца С1 | * |
| Греческий йогурт 2-4% | * |
| Рикотта | * |
| Желатин | * |
| Кокосовые сливки <i>(банка кокосового молока брендов SantaMaria, Aroy B или Kati, жирность от 17% из другого может не получиться) - нужно для оформления, можно заменить на рикотту</i> | * |
| Замороженная или свежая клубника <i>для приготовления торта</i> | * |
| Свежая клубника для оформления <i>(замороженная не подойдет)</i> | * |







Инструменты



Нам понадобится

| | |
|-----------------------|--|
| <p>Весы</p> | |
| <p>Миксер</p> | |
| <p>Блендер</p> | |

Нам понадобится

| | |
|---|--|
| <p>Кофемолка <i>(если овсяную муку будете делать сами)</i></p> |  |
| <p>Скалка</p> |  |
| <p>Формочка для печенья <i>(По желанию. Лучше подойдут нейтральные - сердечки или звездочки)</i></p> |  |
| <p>Сито</p> |  |
| <p>Силиконовая лопатка</p> |  |
| <p>Кольцо 18 см <i>Лучшие формы - стальные кольца, можно раздвижные</i></p> |  |

Нам понадобится

- Для форм - колец - пергамент и фольга
- Для антипригарных со съемным дном и всех остальных монолитных достаточно просто пергамент
- Для силиконовых ничего не нужно, они просто смазываются маслом



Подложка для торта
лучше белая, толщиной 2-3 мм



Кисточка с искусственным ворсом



**Коробка для хранения
и транспортировки**



**Вы приготовите невероятно
вкусный, низкокалорийный,
ягодный летний чизкейк**

