

[Strona główna](#) > [Przepisy](#) > [Lista przepisów](#) > [Gruszki w sosie waniliowym](#)

Gruszki w sosie waniliowym

★★★★★ (5)



20 minut



2 osoby



łatwy

Wartości odżywcze

172 kcal / 1 porcję (191 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność	Białko	Węglowod.	Tłuszcze	Błonnik	GDA
89.81 kcal	2.86 g	13.87 g	2.74 g	0.54 g	4.49 %
4.49%	5.72%	5.14%	3.91%	2.16%	



Składniki

- Gruszka - 95g
- Sok z cytryny - 6g (2 łyżeczki)
- Mleko UHT, 1,5% tłuszczu - 230g (szklanka)
- Skrobia ziemniaczana - 15g (½ łyżki stołowej)
- Żółtko jaja kurzego - 20g (sztuka)
- Cukier waniliowy - 16g (4 łyżeczki)



Sposób przyrządzenia

Przygotowanie sosu:

KROK 1: 1/4 szklanki mleka odlej, pozostałą część mleka zagotuj.**KROK 2:** Odlane mleko połącz z mąką ziemniaczaną (sporządź zawiesinę) i zagęść gotujące się mleko; całość zagotuj, ciągle mieszając.**KROK 3:** Żółtko utrzyj z cukrem waniliowym, do utartej masy dodaj 2 łyżki gorącego mleka (tym samym zahartujesz masę), następnie dodaj wszystko do gorącego sosu.

Przygotowanie całości:

KROK 1: Gruszkę umyj, obierz, zetrzyj na tarce o dużych oczkach. Przypraw do smaku sokiem z cytryny.**KROK 2:** Gruszki ułóż w salaterce i zalej przestudzonym sosem.

Smacznego!

