

JAHODOVÁ ROLÁDA OD CLARA_FIT_FOOD

Pokud milujete jahody, nadýchané dezerty a sladké jako takové, ale přesto nemáte rádi ve svých dezertech žádné cukry navíc, výměně cukr za nízkoenergetickou alternativu - třeba březový cukr, klasickou mouku nahradíte mandlovou a hned máte LC verzi.

S receptem od @clara_fit_food neuděláte chybu!

NA JAHODOVOU ROLÁDU POTŘEBUJEME:

- 3 vejce
- 60 g práškového sladidla **Xylitol – Březový cukr**
- 75 g mandlové mouky
- citronovou kůru z poloviny citronu nebo citronové aroma
- 25 g oleje

NA NÁPLŇ:

- 1 balení smetany ke šlehání (40%)
- 400 g zakysané smetany (18%)
- sladidlo dle chuti – ideální pár kapek tekutého sladidla **FAN STARLinea**
- větší hrst čerstvých jahod
- na promazání džem bez přidaných cukrů od FAN – **Jahodová**

POSTUP:

Celá vejce a práškové sladidlo **FAN Březový cukr – xylitol** šleháme 25 minut v robotu na vyšší otáčky – neuspěchejte tuto fázi, je velmi důležitá pro nadýchanost konečného korpusu. Ke konci snižte otáčky a pomalu přidejte olej a aroma/ nastrohanou kůru. Vypneme robot a již jen ručně přimícháme mouku.

Na plech vyloženy pečícím papírem rovnoměrně rozprostřeme směs a následně pečeme v troubě vyhřáté na **200 oC cca 6 minut**.

Plat poté nechte chvíli vychladnout, překlopíme na čistou utěrku a sejmete papír. Poté zarolujeme a necháme vychladnout. Podrobný návod jak na piškotovou roládu najdete u **Jahodový dort Šarlota**.

Než korpus vychladne, připravíme si náplň. Šlehačku ušleháme do tuha a vmícháme zakysanou smetanu. Dochutíme např. tekutým sladidlem **STARLinea** (1 – 2 lžičky, ochutnáme než přidáme druhou) a máme připraveno na plnění rolády.

Nejprve celou roládu potřeme džemem, navrstvíme rovnoměrně krém, posypeme pokrájenými jahodami a zarolujte pomocí pečícího papíru. Dáme vychladit, aby krásně držela tvar. Klárka ještě celou roládu potřela mascarpone. Dozdobíme dle libosti – čerstvým ovocem, nasekanými oříšky, sušenými květy nebo rozemletým lyofilizovaným ovocem a můžeme krájet.

