

LOW CARB KOLÁČKY OD CLARA FIT FOOD

Na těsto na LC koláčky potřebujete:

- 200 g tučného tvarohu ve vaničce
- 280 g mandlové mouky
- 2 lžíce rozpuštěného másla
- pár kapek vanilkové esence
- 3 vejce (z toho 1 vejce je na potřetí)
- 2 lžičky prášku do pečiva (bez fosfátu)
- 2 lžíce práškového sladidla [FAN Březový cukr](#)

Na náplň:

- 1 vanička tučného tvarohu
- 1 žloutek
- malinový džem bez cukru
- čerstvé maliny
- plátky mandlí
- podle chuti je možné tvaroh dosladit práškovým sladidlem [FAN Březový cukr](#)

Postup:

Z uvedených ingrediencí vypracujeme těsto, které bude maličko lepivé, ale není třeba se toho obávat. Necháme ho 2 hodiny odpočinout v lednici. Než se nám odleží těsto, připravíme si náplň, a to smícháním tvarohu s práškovým sladidlem [FAN Březový cukr](#) a žloutkem. Promícháme důkladně, neboť žloutek nám plní funkci pojidla, aby náplň netekla.

Jakmile je těsto odpočinuté, začneme s přípravou koláčků. Lžičkou si z těsta odebíráme stejně velké kousky podle toho, jak velké chcete mít koláčky (koláčky dost nabydou, počítejte s tím). Z těsta následně vytvarujeme kuličky a klademe na plech vyložený pečicím papírem. A opravdu **POZOR**, dáváme na plech dál od sebe! Uprostřed každého koláčku si malou sklenkou, kterou předem obmotáme potravinářskou folii, vytvoříme důlek - nezapomeneme nechat po obvodu okraj, aby náplň nevytékala! Náplň takto bude hezky držet tam, kde má. Nenaplněné koláčky potřeme rozšlehaným vejcem a plníme tvarohovou náplní. Navrch dáme ještě lžičku zvoleného džemu nebo marmelády. Pečeme na **175 °C cca 25-30 minut**. Koláčky musí být dozlatova propečené.

Na závěr už jen tyto úžasné LC koláčky dozdobíme čerstvými malinami a plátky mandlí.

