



całość 160 kcal

Pieczona gruszka z waniliowym sosem

Składniki:

- 1 gruszka
- 1 limonka
- 1 laska wanilii
- 1 łyżka śmietany 36%
- 2 łyżki jogurtu naturalnego
- 1 łyżeczka miodu

Sposób przygotowania:

Gruszkę umyć, przekroić wzdłuż na pół. Małą łyżeczką wyjąć gniazda nasienne. Połówki gruszki włożyć do żaroodpornego naczynia i polać sokiem z limonki. Piec w piekarniku nagrzanym do 180 stopni około pół godziny. Laskę wanilii przekroić wzdłuż, wyskrobać trochę ziaren. W miseczce wymieszać śmietanę, jogurt, miód i wanilię. Upieczone gruszki poleć sosem, podawać na ciepło.

POTRAWA
BEZGLUTENOWAPOTRAWA
BEZ SOIPOTRAWA
BEZ JAJEKPOTRAWA
BEZ ORZECHÓWPOTRAWA
BEZ KUKURYDZYPOTRAWA
BEZ CUKRUPOTRAWA
WEGETARIANSKAPOTRAWA
BEZ DROZDZY