



Juldessert med dansk touch ? lowcarb

Kock: **Monika Österheim** Tid: **20 min** Portioner: **4**

Lowcarb juldessert utan socker med en twist på Ris a la mande.

Jag älskar danskarnas Ris a la mande med kirsebærsauce, deras motsvarighet till vår Ris a la malta. Danskarna har hackad mandel i, mums, och serverar med körsbär och/eller körbärssås. Mandeln passar lowcarb jättebra och vilka bär som helst är gott till.

Lowcarbvariant på ris a la malta brukar vara keso med vispad grädde. Jag testade istället min Mascarponefluff med avrunnen keso och la till den danska traditionen med hackad mandel och lite körsbärssås.

Jag kan köpa frysta körsbär på Picard (finns i Stockholm, Uppsala, Göteborg och Malmö) och på det viset hålla nere kolhydratmängden. Annars är tyvärr de konserverade körsbären sockrade. Men, desserten blir som sagt lika god med hackad mandel och andra bär.

Vill du göra ?vanlig? lowcarb risalamalta på vispad grädde och keso är det ett bra tips på variation med den hackade mandeln.

Sen går det snabbt att fatta hur mycket man kan leka runt med den här fiffiga grunden ? fluff + avrunnen keso ? eller hur? Eller hur god den är året runt.

Om du inte kör lowcarb är det bara att köra på med socker, både i ?gröten? och i saftsås och bär.



INGREDIENSER

Mascarponefluff

250 g mascarpone färskost

2 ägg

0.5 dl socker (el sötning för lowcarb)

äkt vaniljpulver (el lite vaniljsocker)

5 dl keso, ca (allt går inte åt)

0.5-1 dl grovt hackad mandel el mandelflis, ca

Servering

valfria bär eller bärås



GÖR SÅ HÄR

1

Låt keso rinna av i en sil (spara burk och spad så kan du slå tillbaka keson du inte använder).

2

Gör en omgång Mascarponefluff.

3

Vänd försiktigt ner så mycket av keson i fluffet du tycker blir lagom. Häll tillbaka resten i burken. Vänd försiktigt ner den hackade mandeln. Smaka av. Ställ i kylan.

Servera med bär och/eller sockerfri saftsås. Serveras kall eller sval (tycker jag).