

# Serowe muffinki na kruchym czekoladowym spodzie, z pianką - dukan



Autor: **MP3-ka**  
Przepisów: **159** Ocena: **1797**



1-2 os. > 60 min średnie przystępne



## Składniki:

- "kruchy spód": 2 łyżki skrobi kukurydzianej + około 1/2 łyżeczki do "podsypiania"
- 9 łyżek otrębów (zmieliłam) 1 bardzo kopiała łyżka kakao
- 1 jajko 1 łyżka serka z wiaderka (ale może być też serek typu president)
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia (płaska) ok.12 tabl. słodziku
- masa serowa: 1/2kg sera z wiaderka 3 żółtka
- 1/2 łyżki skrobi lub budyniu ok.15 tabl. słodziku
- czekoladowa pianka: 3 białka + odrobina soli
- 1 łyżeczka kakao ok.10 tabl. słodziku

## Sposób przygotowania:

- 1 skrobię, mąkę z otrębów, kakao, rozkruszony słodzik i proszek do pieczenia wsypujemy na stolnicę, dodajemy jajko i ser - zagniatamy ciasto. W razie potrzeby dodajemy odrobinę skrobi. Ciasto podzieliłam na dwie części, później znów na pół, tak by powstały 4 równe kawałki. Ponieważ miałam 12 "miejsc" na muffinki, każdy z tych 4 kawałków podzieliłam na 3 części i powkładałam w "dziurki" w blaszce. Ugniotłam palcami, żeby były równe. (Blaszkę posmarowałam odrobiną oliwy!!). Ser, żółtka, słodzik i skrobię miksujemy na gładką masę i po łyżce nakładamy na "spód" muffinków. Pieczemy ok 40 minut w temperaturze 180stopni.
- 2 W tym czasie przygotowujemy piankę: białka jajek z odrobiną soli ubijamy na sztywną pianę, dodajemy kakao i rozkruszony słodzik - miksujemy. Nakładamy na masę serową (ja użyłam szprycy z rękawem) i pieczemy jeszcze ok 15-20 minut. Gotowe muffinki zostawiamy w gorącym piekarniku do ostygnięcia.

## Twoje notatki do przepisu: