

Tiramisù



Ecco una ricetta per gli amanti del famoso dolce Tiramisù ma che cercano una versione alternativa alla classica ricetta con il mascarpone. Qui usiamo la ricotta.



PORZIONI
8



PREPARAZIONE
20 MINUTI



DIFFICOLTÀ
FACILE



RIPOSO
4 ORE

**CALORIE RISPARMIATE CON DIETE.TIC AL POSTO DELLO ZUCCHERO =
TOTALE 400 Kcal / 50 Kcal PER PORZIONE**

INGREDIENTI

200 g di savoiardi
500 g di ricotta fresca ben sgocciolata
200 g di panna fresca light da montare
30 gocce di Diète.Tic o 15 maxi gocce (confezione spray)
1/2 bacca di vaniglia
150 ml di caffè freddo senza zucchero
100 g di cioccolato fondente al 75% cacao amaro in polvere

Valori Nutrizionali per 1 porzione

Calorie	302,3 kcal
Carboidrati	28 g
di cui zuccheri	20,4 g
Grassi	16,6 g
di cui saturi	9,3 g
Fibre	0,6 g
Proteine	12 g

STEPS



1.

In una ciotola montate con una frusta o meglio con uno sbattitore elettrico la ricotta con Diète.Tic e i semi di vaniglia fino ad ottenere un composto chiaro e spumoso.



2.

Aggiungete la panna montata incorporandola in più riprese, mescolando con una frusta dal basso verso l'alto.



3.

All'interno di una pirofila fate uno strato di savoiardi appena imbevuti nel caffè e ricopriteli con uno strato abbondante di crema alla ricotta. Spolverizzate con del cioccolato grattugiato e proseguite in questo modo fino a esaurimento degli ingredienti.



4.

Terminate con uno strato di crema di ricotta e spolverizzate con il cacao amaro. Ponete in frigorifero per 3-4 ore prima di servire.