ДЕСЕРТ

Мини чийзкейкчета с праскова и извара

Мини чийзкейкчета с праскова и извара, свеж, лек и хранителен десерт без печене за горещите дни. Изварата ги прави кремообразни, прасковата им дава сладост и аромат, а текстурата на десерта е достатъчно мека и приятна за дечица над 1 година. Подходящи са за следобедна закуска, пикник или дори за рожден ден!

Подготовка: 15 мин **Готвене:** 60 мин **Общо:** 75 мин **Порции:** 6
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Глутен, Ядки, Сусам

Съставки

- 100 гр. фина извара
- 1 узрял банан
- 1/3 ч.ч. фини овесени ядки
- 1/2 праскова (обелена и нарязана на много ситно)
- 1 ч.л. кокосово масло или тахан (ако сусамът вече е въведен)
- Щипка ванилия (по избор)

Начин на приготвяне

1. Смесване на съставките: В купа намачкайте банана и изварата с вилица до гладка, кремообразна текстура. Добавете овесените ядки, кокосовото масло и ванилията (ако използвате). Накрая прибавете ситно нарязаната праскова и разбъркайте внимателно.
2. Оформяне: С помощта на лъжица разпределете сместа в малки хартиени кошнички, силиконови форми за кексчета, буркани или каквото имате под ръка.
3. Охлаждане: Приберете чийзкейкчетата в хладилника за поне 1 час, за да стегнат добре и да се смесят вкусовете.
4. Сервиране: Поднесете охладени.
5. По желание: Можете да добавите 1 ч.л. смляно ленено семе или семена от чиа, за още повече фибри и полезни мазнини. Ако детето ви е свикнало с вкуса на ядки, малко фино смляно бадемово брашно би обогатило текстурата. А вместо праскова можете да използвате кайсия, мека круша или банан за различна вариация.

Съхранение

- Съхранявайте чийзкейкчетата в затворен съд в хладилник до 2 дни; те са най-добри свежи и охладени.
- Ако ги замразявате, извадете 15-20 минути преди сервиране, за да се размекнат и да се изравни текстурата.

Замразяване

- Замразете чийзкейкчетата в един слой на табла, а след това в торбичка или кутия за фризер до 3-4 седмици. Текстурата остава приятна след размразяване.

Съвети

- С тези чийзкейкчета създавате закуска, която може да стане малка семейна традиция.
- А ако тази рецепта ви е вдъхновила да експериментирате още с текстури и вкусове, подходящи за мъничетата, разгледайте и другите десерти на сайта.
