Domowy budyń babci Tereski

Dodany przez kasia
sobota, 11 maja 2013 17:43 - Poprawiony sobota, 11 stycznia 2014 22:23

Dziś prezentujemy pożywny, kaloryczny i zdrowy budyń. Błyskawiczny w przygotowaniu, pysznie smakujący i ? w przeciwieństwie do budyniu z torebki ? dokładnie wiemy, jakie składniki w nim się znajdują! :)

Składniki:
3/4 szklanki mleka, 2 łyżeczki mąki ziemniaczanej, 1/2 łyżeczki mąki orkiszowej, 1/2 łyżeczki mąki amarantusowej, 1 łyżeczka cukru, żółtko, 1 kostka czekolady gorzkiej.



fot. Kasia Łukasiewicz

Wykonanie:
Odlej 1/3 szklanki mleka, mąki wymieszaj i wsyp do odlanego mleka, dodaj żółtko i wymieszaj dokładnie.
Resztę mleka zagotuj z cukrem i kostką czekolady. Do wrzącego mleka powoli wlej mleko z mąką i żółtkiem. Ciągle mieszając gotuj ok. 2 minuty.
Przelej do miseczki, polej sokiem lub zmiksowanymi owocami.

Identycznie można przygotować budyń waniliowy. Wtedy zastępujemy czekoladę laską wanilii.

Babcia Teresa