

Tiramisú zero lactose

<https://sem lactose.com/index.php/2017/03/08/tiramisu-zero-lactose/>

Atualizado em: março 15, 2019

[Tempo de Preparo](#) [Tempo de Cozimento](#) [Dificuldade](#) [Porções](#)

[00:35](#)

[00:05](#)

[Baixa](#)

[06](#)

Ela atravessou o oceano e chegou ao Brasil para ser adorada e devorada! Estou falando do Tiramisú, sobremesa típica italiana, simples de fazer e que, pela dificuldade de encontrar alguns dos seus ingredientes, recebeu algumas adaptações em terras tropicais.

A gente resolveu criar a nossa versão de Tiramisú com uma adaptação do queijo mascarpone, um dos ingredientes originais desta receita encontrado apenas em alguns empórios e supermercados do Brasil. O Mascarpone é um queijo cremoso, em forma de pasta bem consistente, de sabor suave, que lembra o sabor de requeijão.

Nesta versão, utilizamos uma mistura de creme de leite e o requeijão zero lactose para fazer o nosso creme tipo mascarpone. Com o creme pronto, é só montar o seu Tiramisú e servir!!

INGREDIENTES – CREME

- 3 gemas
- 120g de açúcar demerara ou cristal + 2 colheres de sopa de água
- 1 lata de creme de leite zero lactose sem soro
- 1 1/2 copos de requeijão zero lactose (330g)
- 12g de gelatina em pó + água para hidratar

INGREDIENTES – RECHEIO E FINALIZAÇÃO

- 150g de biscoitos champagne
- 4 xícaras de expresso (café forte)
- 2 colheres de sopa vinho do porto*
- 2 colheres de sopa de cacau em pó para finalizar a sobremesa

PREPARO

1. **Prepare o creme de gemas** – Coloque o açúcar e a água em um recipiente de vidro e leve ao microondas por 1 minuto (ou aqueça a mistura em fogo baixo até o açúcar dissolver por completo). Coloque as gemas em uma vasilha e vá batendo enquanto adiciona o açúcar quente sobre as gemas. Desta forma pasteurizamos as gemas.

2. Usando o liquidificador ou um mixer, misture o creme de gemas, o requeijão e o creme de leite sem soro. Bata tudo por alguns segundos até virar um creme homogêneo. Acrescente a gelatina hidratada e aquecida conforme as instruções do fabricante. Bata mais alguns segundos e despeje o creme em um recipiente para levar ao refrigerador. Mantenha-o sob refrigeração até ficar firme (pelo menos 2 horas no refrigerador). Retire do refrigerador e bata novamente. Ele deve ficar um creme pastoso, de textura similar a um doce de leite.

3. **Prepare os biscoitos** – Em um recipiente fundo e largo o suficiente para caber os biscoitos, coloque o café morno e o vinho do porto. Molhe rapidamente os biscoitos um a um e coloque-os em fileiras em uma travessa pequena (15 x 10 cm) ou acomode-os em taças. (O biscoito champagne é extremamente poroso e absorve líquidos com muita facilidade. Se vc deixar alguns segundos a mais no líquido eles podem se desmanchar)

3. Cubra os biscoitos com uma camada de creme. Repita o mesmo processo para fazer uma nova camada de biscoitos.

4. Cubra a nova camada com creme e finalize com cacau em pó pulverizado com um coador. Mantenha sob refrigeração até a hora de servir.

Dicas: o vinho original da receita de tiramisú é o marsala, um vinho adocicado que lembra o vinho do Porto. Como ele é mais difícil de ser encontrado no Brasil, nossa sugestão é substituí-lo pelo vinho do Porto ou até por um licor de sua preferência.