



Κορμός παγωτού με κεράσια

15'

Χρόνος
Εκτέλεσης

8 ώρες'

Χρόνος
Αναμονής

1'

Χρόνος
Ψησίματος

6-8

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

- Ζεσταίνουμε ένα [τηγάνι](#) σε μέτρια φωτιά.
- Σπάμε τα αμύγδαλα σε ακανόνιστα κομμάτια και τα καβουρδίζουμε για 1 λεπτό ενώ ανακατεύουμε ανά διαστήματα.
- Αποσύρουμε το [τηγάνι](#) από τη φωτιά και αφήνουμε τα αμύγδαλα να κρυώσουν.
- Στο πολυμηχάνημα με τα μαχαίρια χτυπάμε τη ρικότα και το μέλι μέχρι να ομογενοποιηθούν μεταξύ τους.
- Μεταφέρουμε σε ένα [μπολ](#) τη ρικότα και το μέλι. Προσθέτουμε τα αμύγδαλα, το εκχύλισμα βανίλιας και το γιαούρτι. Ανακατεύουμε με μία σπάτουλα σιλικόνης.
- Ψιλοκόβουμε την κουβερτούρα και τη ρίχνουμε στο μπολ.
- Προσθέτουμε τα σμέουρα, τα κεράσια και ανακατεύουμε με τη [σπάτουλα](#) να ομογενοποιηθούν τα υλικά μεταξύ τους.
- Καλύπτουμε τα τοιχώματα και τον πάτο μιας φόρμας 10x22 εκ. με μεμβράνη.
- Αδειάζουμε το μείγμα στη φόρμα και καλύπτουμε την επιφάνεια του με μεμβράνη.
- Βάζουμε στην κατάψυξη και αφήνουμε όλο το βράδυ, μέχρι να σφίξει το παγωτό.
- Ξεφορμάρουμε και κόβουμε σε φέτες.
- Διακοσμούμε με φύλλα μέντας και σερβίρουμε.

Συστατικά

- 80 γρ. αμύγδαλα, λευκά
- 400 γρ. ρικότα
- 230 γρ. μέλι
- 1 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)
- 550 γρ. γιαούρτι στραγγιστό
- 100 γρ. κουβερτούρα 65%
- 100 γρ. σμέουρα (raspberries), φρέσκα
- 150 γρ. κεράσια, φρέσκα, κομμένα στη μέση χωρίς κουκούτσι
- φύλλα μέντας, για το σερβίρισμα

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

| | | | |
|---------------------------|---------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 496 Θερμίδες (kcal) | 26.0 Λιπαρά (γρ.) | 13.0 Κορ.Λίπη (γρ.) | 39.0 Υδατ/κες (γρ.) |
| 25% | 37% | 65% | 15% |
| 35.0 Σάκχαρα (γρ.) | 24.0 Πρωτεΐνη (γρ.) | 3.2 Φυτικές Ίνες (γρ.) | 1.7 Αλάτι (γρ.) |
| 39% | 48% | 13% | 28% |