



Τιραμισού

30'Χρόνος
Εκτέλεσης**6 ώρες'**Χρόνος
Αναμονής**8-10**

Μερίδες

1Βαθμός
Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

Η ονομασία τιραμισού, είναι σύνθετη λέξη (*tirare mi su*) και σημαίνει "σήκωσέ με ψηλά" ή "ανέβασέ με". Αυτή η ονομασία επιλέχθηκε λόγω της υψηλής περιεκτικότητας του γλυκού αυτού σε καφεΐνη (*espresso*), η οποία σε συνδυασμό με τη σοκολάτα δίνει ενέργεια σε όποιον το τρώει!

- Βάζουμε στον κάδο του μίξερ το μασκαρπόνε, την άχνη ζάχαρη, το εκχύλισμα βανίλιας, τη μαυροδάφνη, τα 75 γρ. καφέ και χτυπάμε καλά με το σύρμα μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα.
- Με μια μαρίζ παίρνουμε ότι έχει κολλήσει στα τοιχώματα του κάδου μας και χτυπάμε ξανά μέχρι να σφίξει το μείγμα.
- Με το που σφίξει το τυρί μας, ρίχνουμε την παγωμένη κρέμα γάλακτος και χτυπάμε μέχρι να πάρει τη μορφή γιαουρτιού.
- Μόλις είναι έτοιμη αφαιρούμε από τον κάδο και αφήνουμε στην άκρη.
- Σε ένα **μπολ** βάζουμε 225 γρ. ζεστό καφέ, προσθέτουμε τα κομμάτια κουβερτούρας και ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει.
- Παίρνουμε ένα **σαβαγιάρ**, από τη μεριά της ζάχαρης, το βουτάμε στιγμιαία στο μπολ με τον καφέ και τοποθετούμε σε ένα **ταψάκι 25x32 εκ.**
- Επαναλαμβάνουμε και για τα υπόλοιπα μέχρι να καλυφθεί όλη η επιφάνεια της βάσης. (18 σαβαγιάρ)
- Από πάνω στρώνουμε τη μισή κρέμα.
- Παίρνουμε πάλι ένα σαβαγιάρ, από τη μεριά της ζάχαρης, το βουτάμε στιγμιαία στον καφέ και στρώνουμε από πάνω κάθετα στα προηγούμενα.
- Επαναλαμβάνουμε για τα υπόλοιπα 18 σαβαγιάρ και σκεπάζουμε με την υπόλοιπη κρέμα.
- Βάζουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 6 ώρες να δέσει το γλυκό μας.
- Αφαιρούμε από το ψυγείο και με ένα πιρούνι δίνουμε σχήμα στο γλυκό μας.
- Πασπαλίζουμε με κακάο, ξύσμα κουβερτούρας και **κόβουμε** σε κομμάτια.

Tip

Πρέπει να προσέξουμε ο κάδος του μίξερ να είναι πολύ παγωμένος για να πήξει πιο εύκολα η κρέμα γάλακτος και να μην την παραχτυπήσουμε γιατί αλλιώς θα μας κόψει!

Συστατικά

- 375 γρ. μασκαρπόνε, σε θερμοκρασία δωματίου
- 120 γρ. ζάχαρη άχνη
- 1 κ.σ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)
- 110 γρ. μαυροδάφνη
- 300 γρ. καφέ, εσπρέσο ρόφημα
- 450 γρ. κρέμα γάλακτος 35%, παγωμένη
- 50 γρ. κουβερτούρα, σε κομματάκια
- 36 [σαβαγιάρ](#)
- 1-2 κ.σ. κακάο, για το πασάλισμα
- 30 γρ. κουβερτούρα, σε ξύσμα

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

596 Θερμίδες (kcal)	39.0 Λιπαρά (γρ.)	25.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	51.0 Υδατ/κες (γρ.)
30%	56%	125%	20%
31.0 Σάκχαρα (γρ.)	6.3 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.5 Φυτικές Ινες (γρ.)	0.2 Αλάτι (γρ.)
34%	13%	10%	3%