



Tálalás: **0 főre**



Előkészítés: **15 perc**



Elkészítés: **25 perc**



Répási Eszter

CITROMHABOS MÁKTORTA

A citromhabos máktorta egy viszonylag egyszerűen elkészíthető desszert, mely mutatós is. A hozzávalók között megtalálható mák és a joghurt hozzájárul napi kalciumszükségletünk kielégítéséhez, valamint a mák magas rosttartalma könnyíti emésztésünket.

A KRÉMHEZ

1 kezeletlen citrom héja
2 citrom leve
55 xilit
2 vaj

200 görög joghurt
150 habtejszín
3 tojássárgája
1 vanília rúd

HOZZÁVALÓK

A tortához:

40 finomliszt
50 teljes kiőrlésű tönköly búza liszt
80 darált mák
55 xilit
75 margarin
100 1,5 % -os tej

2 tojássárgája
fél tk szóda**bikarbóna**

ALLERGÉNEK

Glutént tartalmaz
Laktózt tartalmaz
Tojást tartalmaz

- 1 Mérijük ki a hozzávalókat.
- 2 A margarint keverjük habosra a xilittel, majd adjuk hozzá a tojások sárgáját és ezzel is keverjük jó habosra.
- 3 Egy másik tálban keverjük össze a száraz hozzávalókat, majd lassan, tejjel lazítva keverjük hozzá a margarinos krémhez.
- 4 Béleljünk ki egy tortaformát sütőpapírral, majd öntsük bele a tésztát.
- 5 180°C-ra előmelegített sütőben (alul-felül sütve) süssük meg a tortánk alapját, kb 25 perc alatt.
- 6 Ha elkészült vegyük ki a sütőből és hagyjuk kihűlni.
- 7 Köben készítsük el a krémet.
- 8 Mossuk meg a tojásokat, majd válasszuk szét, és a sárgájukat verjük habosra a xilittel.

9

A citromokat mossuk meg alaposan, majd reszeljük le az egyiknek a héját, ezután pedig az összeset facsarjuk ki. Keverjük hozzá a tojásokhoz.

10

Kaparjuk ki a vanília magját, majd adjuk ezt is a krémhez.

11

A krémet öntsük egy kisebb lábasba, majd kis lángon, folyamatosan kevergetve sűrítsük be. Ha sűrű, vegyük le a tűzről és keverjük bele a vajat. Hagyjuk kicsit hűlni, majd lassan adjuk hozzá a joghurtot is. A tejszínt verjük fel, majd óvatosan forgassuk a krémbe. Az elkészült krémet kenhetjük is a torta tetejére, majd díszíthetjük mák szórattal, de akár betölthetjük egy habzsákba is, és abból nyomhatunk kis rózsákat a torta tetejére.



**Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!**

