Tálalás: **4 főre**

Előkészítés: **30 perc**

Elkészítés: **60 perc**

Kohári Éva

GLUTÉNMENTES HABCSÓK

Sok ételhez, süteményhez csak a tojások sárgáját használjuk. Érdemes ilyenkor a fehérjét összegyűjteni. Pár napig hűtőben gond nélkül eltartható, de jól tűrik a fagyasztást is. Az összegyűjtött fehérjékből készíthetünk habcsókot, pavlova tortát. A kész habcsókokat sokáig tudjuk tárolni. Ezekkel díszíthetünk tortát, de díszítheti akár a karácsonyfát, asztali díszeket is, de magában is finom. A habcsók nagyon könnyen elkészíthető, viszont fontos, hogy ezeket alaposan szárítsuk ki a sütőben. A színe, mintázata a képzeletünkre van bízva. A nagyobb darabokat természetesen tovább kell szárítani. Ha színes desszert készül belőle, akkor a színezéshez minden esetben jó minőségű, gél állagú ételszínezéket használjunk. Ebből nagyon pici mennyiség szükséges és garantáltan nem lesz tőle folyós a tojáshab.

HOZZÁVALÓK

2 db „M-es” méretű Auchan tojásfehérje
140 g Auchan porcukor
3 g ecet
10 g kukoricakeményítő

ALLERGÉNEK

1. A hideg tojásfehérjéket tegyük egy keverőtálba és gépi habverővel magas fordulatszámon verjük fehéredésig. Folyamatos keverés közben több részletben adjuk hozzá a porcukrot.
2. Mikor a habunk már elég kemény, adjuk hozzá az ecetet, keverjük újabb 1-2 percet, majd mehet hozzá a keményítő.
3. A hab akkor lesz tökéletes, mikor teljesen kemény, ha megkarcoljuk egy villával, szépen benne marad a villa mintázata.
4. A sütőt melegítsük elő 100 fokra.
5. Töltsük a tojáshabot tetszőleges kinyomócsővel ellátott habzsákba, és sütőpapírral bélelt tepsibe nyomjunk cuki kis halmokat.
6. 100 fokon szárítsuk a habcsókokat 50-60 percet.
7. Tipp: ha színes habcsókot szeretnénk, keverjünk a felvert habhoz gél állagú ételfestéket. Csíkos habcsókokat pedig úgy tudunk készíteni, ha a habzsák belsejébe vékony ételfesték csíkokat húzunk pl. egy fogpiszkáló segítségével.

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

Auchan