

Suflet truskawkowy

Lato już przy drzwiach, więc aby powitać je z otwartymi rękoma postanowiłam zrobić lekki deser truskawkowy. Zamarzył mi się suflet, a że to mój pierwszy raz (ani nie jadłam, ani nie robiłam) musiała zaciągnąć trochę języka. ☺ A tu co strona to inny suflet. Poczytałam, popatrzyłam i opracowałam swój własny przepis na lekki, tylko z białek suflet.

Przepis na 4 małe lub 2 duże suflety (ja zrobiła 2 duże bo nie miałam odpowiednich naczyń ;))

Truskawki 300 g

Cukier drobny 75 g

Mąka kukurydziana 10 g

Woda 15 ml

Białka z 4 jaj

Masło do wysmarowania foremek.

Wysmarować foremki masłem. W rondelku rozgotować truskawki wraz z 55 g cukru. Od zagotowania po 2-3 minutach potraktować truskawki blenderem, aż uzyskamy gładki mus. Zimną wodę wymieszać z mąką tak by uzyskać jednolitą papkę. Dodać mączną papkę do musu truskawkowego i zagotować. Mus ostudzić. Białka ubić na sztywną pianę (ja dodaję szczyptę soli), a na koniec miksowania dodać resztę cukru. Wymieszać pianę z ostudzonym musem. Piekarnik nagrzać do 200 C. Piec 13-15 minut (w mniejszych naczynkach 12-13 min). I gotowe do natychmiastowego podania. U mnie naczynka zostały wylizane i ofiar w ludziach brak ☺

