



H
o
z
z
á
v
a
l
ó
k
:
6
d
k
g
m
a
r
g
a
r
i
n
v
a
g
y
v
a
j
,

3 tojás, 1 púpozott evőkanál porcukor, 6 dkg csokoládé, 10 dkg őrölt mandula, 3 evőkanál zsemlemorzsa, 1 evőkanál kakaópor, 1 evőkanál konyak
a formák kikenéséhez:
margarin vagy vaj, porcukor
a tálaláshoz (vaníliaöntetthez):

1 csomag (40 gramm) főzni való vanília ízű pudingpor, 4 dl tej, 3 evőkanál kristálycukor

1. A felfűjthoz a margarint egy mély tűzálló tálban 750 wattal 1 perc alatt felolvasztjuk. A tojások sárgáját hozzáadjuk és a cukorral habosra keverjük. A csokoládét egy kis tálban 650 wattal 2 perc alatt felolvasztjuk, a darált mandulával, az átszitált zsemlemorzsával és a kakaóval a tojásba forgatjuk. Konyakkal ízesítjük. A tojásfehérjéket kemény habbá verjük és óvatosan az előzőekkel összekeverjük.

2. Kivajazott, porcukorral megszórt 2,5 decis úrtartalmú tűzálló formákat ezzel a felfűjt masszával kétharmad részig megtöltünk. Ezután a mikrohullámú készülék tányérján körberakjuk és lefedés nélkül 750 wattal 3 percig sütjük.

3. 5 percig állni hagyjuk, majd tartalmukat egyenként tányérra borítjuk és vaníliamártással leöntve kínáljuk.

4. Utóbbihoz a pudingport 1-2 evőkanál tejjel simára keverjük. A maradék tejet a cukorral 1000 wattal 3 percig melegítjük. A kikevert krémport a forró tejbe öntjük és 650 wattal 3 percig főzzük, ezalatt kissé besűrűsödik.

4 főre

Elkészítési idő: 25 perc

Egy adag (vaníliamártással): 667 kcal