



H
o
z
z
á
v
a
l
ó
k
:
6
z
s
e
m
l
e
,
5
d
l
t
e
j
,
6
e
v
ő
k

anál kristálycukor, 2 csomag vaníliás cukor, 5-6 dkg vaj vagy sütőmargarin, 50 dkg
tehéntúró, 2 tojás, 2 dl tejföl, 12 szem szilva

a tálaláshoz:

2 dl tejföl, porcukor

1. A zsemlek tetejét levágjuk, belsejüket pedig úgy vágjuk ki, hogy kb. félcenti vastag fala

maradjon. A tejet a fele cukorral főforraljuk, a kifúrt zsemléket ezzel kívül-belül meglocsoljuk (bele is forgathatjuk, de vigyázzunk, nehogy túlpuhulva szétessenek), majd kivajazott tepsire rakjuk.

2. A túrót áttörjük, a zsemlék kikapart belsejével, a többi cukorral, a vaníliás cukorral, a tojásokkal összekeverjük. 1-2 kanálnyi tejföllel lágyítjuk, a megmosott, elnegyedelt, magvált szilvával gazdagítjuk.

3. Ezt a tölteléket a zsemlék üregébe halmozzuk, tetejüket ráillesztjük. A maradék tejföllel meglocsoljuk, a vaját rámorzsoljuk, majd jó forró sütőben (kb. 190 °C), fóliával letakarva 10 percig, azután anélkül még 15 percig sütjük, amíg a teteje szép piros nem lesz. Melegen, tejföllel meglocsolva, porcukorral meghintve tálaljuk.

6 főre

Elkészítési idő: 45 perc

Egy adag: 696 kcal, fehérje: 26,2 gramm, zsír: 31,5 gramm, szénhidrát: 47,4 gramm, rost: 3,0 gramm, koleszterin: 146 milligramm