



Hozzávalók

a tésztához:

6 tojás, 30 dkg kristálycukor, 2 csomag vaníliás cukor, 6 evőkanál víz, 20 dkg finomliszt, fél csomag sütőpor

a tepszi kikenéséhez:

vaj vagy sütőmargarin, finomliszt

a krémhez:

5 dl tej, 20 dkg kristálycukor (valódi barna cukor vagy méz is lehet), 5 evőkanál búzadara (gríz), 20 dkg vaj vagy

sütőmargarin, 20 dkg darált dió, 1-2 evőkanál rum

a tetejére:

10 dkg étcsokoládé

1. A tésztához a tojássárgáját a cukor felével, a vaníliás cukorral és a vízzel habosra keverjük. Ez elektromos habverővel, maximális fokozaton 3-4 perc. A lisztet a sütőporral összeforgatjuk. A tojásfehérjét kemény habbá verjük, a vége felé a maradék cukrot is beledolgozzuk.
2. Egyharmadát a cukros tojássárgájához tesszük, a liszt egyharmadát rászitáljuk, óvatos mozdulatokkal átforgatjuk. A többi habot és lisztet ugyanígy, további két részletben adjuk hozzá.
3. A masszát margarinnal kikent, belisztezett nagy tepsibe simítjuk. Előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 18 percig sütjük.
4. A krémhez a tejet fölforraljuk, a cukorral édesítjük. A darát kevergetve beleszórjuk, 3-4 percig főzzük, majd a tűzről lehúzzuk, és lefödve duzzadni hagyjuk. A margarint habosra keverjük, majd a diót, a kihűlt tejes darát meg a rumot is hozzáadjuk.
5. Egyenletesen a kihűlt tésztára kenjük, végül olvasztott csokoládét csurgatunk a tetejére. Megvárjuk, amíg egy kicsit megszilárdul, azután kockákra vágjuk.

kb. 30 szelet

Elkészítési idő: 1 óra 10 perc

Egy szelet: 237 kcal • fehérje: 4,2 gramm • zsír: 11,8 gramm • szénhidrát: 28,5 gramm • rost: 0,8 gramm • koleszterin: 72 milligramm