

HÁZI SZALONCUKOR ERŐS ANTÓNIA ÉS FÖRDŐS Z KONYHÁJÁBÓL

Hozzávalók 12 - 15 darabhoz:

- 250 g natúr, cukormentes gesztenyemassza
- 1 db narancs héja
- 2 tk rumaroma
- 1 cs vaníliás xilit (10 g)
- 20 g poreritrit
- 40-60 g cukormentes kekszmorzsa
- 100 g étcsoki
- 1 ek olaj

Elkészítés:

A gesztenyemasszát ízesítjük a narancshéjjal, a rummal, a vaníliával és a cukorral. Ezután gyúrható masszát keverünk belőle a kekszmorzsával, és kb. 40 grammos golyócskákat formázunk. A golyócskákat kicsit megsodorjuk, és egy fóliával vagy sütőpapírral bélelt tálcára tesszük őket úgy, hogy kicsit megnyomjuk, hogy lapos legyen az aljuk. Ezután mélyhűtőbe rakjuk kb. 30-40 percre, hogy kicsit megdermedjenek.

A csokit az olajjal vízgőz fölött felolvasztjuk, és a kifagyott gesztenyehengereket beledobjuk, majd egy villa segítségével kiemeljük, és sütőpapírral bélelt tálcára vagy gitterrácsra fektetjük. Hagyjuk kidermedni, majd zsírpapírba csomagoljuk.

Tápérték (1 db szaloncukor):

Energia: 74 – 99 kcal

Fehérje: 1,3 – 1,8 g

Zsír: 3,8 – 4,9 g

Szénhidrát: 8,6 – 12 g

GESZTENYÉS -MEGGYES BEJGLI (CUKOR-, TEJ-, TOJÁSMENTES) Mona receptje nyomán

Hozzávalók:

- 15 dkg fehér tönkölybúzaliszt
- 15 dkg TK tönkölybúzaliszt vagy zabpehelyliszt
- 6 g porélesztő
- 5 dkg 4:1 édesítő
- 5 dkg margarin
- 1 dl rizstejszín
- 1 dl rizstej

TÖLTÉLÉK:

35 dkg natúr 100%-os gesztenyemassza

2 EK rum aroma

ízlés szerint édesítő

kb. 5-6 EK rizstejszín

20 dkg meggy

+ olaj a kenéshez

Elkészítés:

A száraz alapanyagokat egy tálban elkeverjük, majd hozzáadjuk a margarint és a rizstejszínt. Eldolgozzuk benne, majd hozzáadjuk a rizstejet, alaposan összedolgozzuk, majd 1 órát pihentetjük.

A töltelékhez a hozzávalókat kikeverjük (kivétel a meggy). A pihentetés után lisztes lapon átgúrnuk a tésztát, majd kinyújtjuk. Eloszlatjuk a gesztenyés krémet a lapon, majd megszórjuk a meggyel. Két oldalát behatjuk, majd a másik oldalától feltekerjük. Sütőpapíros tepsire tesszük, lekenjük vékonyan olajjal, megszurkáljuk. 180 fokon kb. 45-50 perc alatt megsütjük.