



Laktózmentes
finomságok

Mivel süssenek finom süteményt a vegánok és a laktózérzékenyek?

Meglepnéd a családodat vagy a barátaidat egy nagy tál igazi, házias süteménnyel, de van köztük laktózérzékeny, tejfehérje-allergiás vagy vegán? Jól tudjuk, hogy ők nem csak vajat, de számos sütőmargarint sem fogyaszthatnak. De mostantól már számukra is elérhető az ideális megoldás, a Rama Laktózmentes sütőmargarin. Ezután egy finom, laktózmentes és vegán süteményhez sem kell indok, csak szeretet és az új Rama Laktózmentes sütőmargarin.

Napjainkban mind több ember számára fontos, hogy kizárólag növényi eredetű élelmiszert fogyasszon, és egyre többen vannak azok is, akik tejfehérje-allergiájuk, laktózérzékenységük, vagy saját elhatározásuk miatt a tej- és tejszárma-mentes termékeket keresik. Számukra fejlesztette ki az Unilever a Rama Laktózmentes sütőmargarint, amely a cég első vegán sütőmargarinja Magyarországon, kizárólag növényi alapanyagokból készül, és nem tartalmaz tartósítószer sem.

A laktózmentes és vegán élelmiszerek növekvő népszerűsége nem csupán divat, hanem egészség- és egyben

környezettudatos választás is. A Rama Laktózmentes sütőmargarin többszörösen telítetlen zsírsavakban gazdag repce- és napraforgóolaj felhasználásával készül, állati eredetű összetevőket (azaz állati eredetű D-vitamint vagy zsírt, tejet és tejszárma-mentes összetevőket) nem tartalmaz. A repceolaj kiváló omega-3 forrás, a napraforgóolaj pedig kimagasló E-vitamin és omega-6 zsírsav-tartalommal rendelkezik. Az, hogy a Rama Laktózmentes sütőmargarin nélkülözi az állati eredetű összetevőket, nem csak a vegán, de a környezettudatos vásárlók számára is vonzó választási szempont, hiszen a nagyüzemi állattartás környezeti lábnyoma közismerten nagyobb, mint a növénytermesztésé.

A laktózérzékenység globális probléma, de nem mindenhol jelent ugyanakkora gondot. Az afrikai és ázsiai népcsoportok között akár 90 százalékos előfordulási aránnyal is találkozhatunk, míg Európában az északi országokban a legkevesbé, a déliekben pedig a leginkább elterjedt. Magyarországon a felnőtt lakosság közel egyharmadánál okoz már kis mennyiségű tejtermék fogyasztása is emésztési panaszokat, míg

a Nielsen 2016-os kutatása szerint a magyar családok ötödében van olyan, aki laktóz-intoleranciával, illetve tejfehérje-allergiával él. A laktózérzékenység lényegében a tejcukor emésztésének zavara, amit a laktáz enzim hiánya vagy túlzottan alacsony mennyisége vált ki. Ebben az esetben a tejcukor bontatlanul halad végig a bélrendszeren, majd a vastagbélben megtalálható, normál bélflórát alkotó baktériumok bontják el. E nemkívánatos emésztési folyamat eredménye a puffadás és a görcsös hasi fájdalom. A tejfehérje-allergia az egyik legelterjedtebb ételallergiának számít Magyarországon, tünetei között bőrkiütések, bélrendszeri és légzőszervi panaszok is előfordulhatnak. A laktózérzékenyek számára kétféle megoldás kínálkozik: vagy laktáz enzim tartalmú tablettával pótolják a hiányzó enzimeket, vagy olyan igazoltan laktózmentes termékeket választanak, mint amilyen a Rama Laktózmentes sütőmargarin. Ez a margarin a tejfehérje-allergiások számára is megfelelő választás, hiszen az ételallergiák egyetlen kezelési módja a tüneteket kiváltó táplálék elhagyása az étrendből.

Tartalom Receptjeink

Kakaós pöttyös szelet	5
Szedres-almás cobbler	7
Sörös perec	9
Céklás-csokis sütemény	11
Kakaós-málnás palacsintatorta	13
Parmezános-paradicsomos galette	15
Körtés-marcipános kézipite	17
Marcipános-mézes szilvatorta	19
Fekete olajbogyós sajtos kekszek	21
Lisztmentes, csokis, mogorós-körtés süti	23





Kakaós-fahéjas pötytös szelet

sütési hőmérséklet: 175°C
elkészítési idő: 35 p
sütési idő: 20 p

Hozzávalók

23×33 cm-es sütőformához:

A tésztához:

- 250 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 360 g barna cukor
- 2 nagy (L-es) tojás
- 1 vaníliarúd kikapart magja
- 290 g liszt
- 1 púpos tk. (4 g) Dr. Oetker Sütőpor
- ½ tk. só

A pötytökhöz:

- 50 g barna cukor
- 3 ek. kakaópor
- 1 tk. őrölt fahéj
- 50 g Rama Laktózmentes sütőmargarin

A csokimázazs díszítéshez:

- 20 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 20 g porcukor
- 20 g méz
- 50 g laktózmentes étcsokoládé
- 30 ml víz

Elkészítés

Melegítsük elő a sütőt 175°C-ra, a sütőformát béleljük ki sütőpapírral.

A tésztához olvasszuk fel a margarint mikrohullámú sütőben, majd tegyük át egy keverőtálba. Keverjük bele a barna cukrot, majd utána a vaníliarúd kikapart magját, és egyenként a tojásokat. Ebbe a masszába keverjük bele a sütőporral és sóval elkevert lisztet, óvatosan keverjük addig, míg sima nem lesz. Kenjük a sütőforma aljába.

A kakaóport, fahéjat és barna cukrot keverjük el. Öntsük a száraz keveréket az olvasztott margarinhoz és keverjük simára, majd tetszés szerinti elrendezésben pötytözzünk a már sütőformába simított tésztára.

Előmelegített sütőben süssük kb. 20 percre, majd hűtsük ki teljesen.

Porcukorral vagy csokimázzal tálaljuk.

A mázhoz az apróra vágott csokoládét tegyük egy tálcára. A cukrot és mézet és vizet kis lángon melegítsük egy lábasban addig, amíg a cukor el nem olvad. Vegyük nagyobbra a lángot és forraljuk 3-5 percre, amíg aranybarna lesz. Öntsük a csokoládéra. Hagyjuk pár percet állni, majd keverjük simára. Végül keverjük hozzá a margarint is.



Szedres-almás cobbler

sütési hőmérséklet: 180°C
elkészítési idő: 60 p
sütési idő: 35-40 p

Hozzávalók

4-6 fő részére, 22 cm-es
sütésálló kerámia tálban

A gyümölcsökhöz:

- 500 g szeder
- 3 db közepes méretű alma
- 10 g (1 ek.)
kukoricakeményítő
- 45 g barna cukor
- 1 citrom reszelt héja és
leve

A tésztához:

- 180 g liszt
- 30 g barna cukor
- 1 csomag Dr. Oetker
sütőpor
- 1 csipet só
- 80 g Rama Laktózmentes
sütőmargarin + a tál
kikenéséhez
- 1 nagy (L-es méretű) tojás
- 4 ek. laktózmentes tej
(opcionálisan madulatej)
- 20 g barna cukor a
szóráshoz

Elkészítés

Melegítsük elő a sütőt 180°C-ra, a sütőformát
kenjük ki vékonyan margarinnal és szórjuk meg az
alját kevés barna cukorral.

A gyümölcsöket mossuk meg, alaposan csepeg-
tessük le, az almákat hámozzuk meg és szeletel-
jük fel. Egy tálban keverjük össze az előkészített
gyümölcsöket a cukorral, keményítővel, valamint
a citrom reszelt héjával és levével.

Egy másik tálban keverjük össze a lisztet, sót és a
sütőport. Ebben morzsoljuk el a margarint. Adjuk
hozzá a tejjel elkevert tojást és dolgozzuk össze a
tésztát.

A gyümölcsöket öntsük a sütőedénybe, kana-
lazzuk rá kisebb halmokban a tésztát, és szórjuk
meg 20 g barna cukorral.

Előmelegített sütőben süssük 30-40 percre, amíg
a teteje aranybarna lesz.
Még melegen tálaljuk.

TIPP: Próbáljuk ki más gyümölcsökkel is, szezon-
nak megfelelően. Pl. almás-körtés, almás-áfo-
nyás, őszibarackos, őszibarackos-ribizlis változa-
tokat.



Sörös percek

sütési hőmérséklet: 220°C
elkészítési idő: 80 p
pihenési idő: 60 p
sütési idő: 15 p

Hozzávalók

A tésztához:

- 340 ml barna sör
- 1 ek. cukor
- 7 g/1 csomag szárított élesztő
- 60 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 630 g liszt
- 2 tk. só
- 2 l forró víz
- 60 g szóda bikarbóna
- 1 tojás
- durva só, magok (pl. szezámmag, napraforgómag)

Elkészítés

A margarint olvasszuk fel és tegyük félre hűlni. A sört melegítsük fel kb. 45°C-ra.

Szórjuk egy nagyobb tálba a szárított élesztőt és cukrot, majd öntsük rá a meleg sört és keverjük el. Hagyjuk 10 percig állni, amíg az élesztő aktiválódik és habosodni kezd.

Szítáljuk bele a sóval elkevert lisztet, majd az olvasztott margarint. Gyúrjuk össze. Amikor a tészta összeállt, dagasszuk lisztezett felületen addig, amíg sima nem lesz. Formázzuk cipóvá, és margarinnal kikent tálban kelesszük kb. 1 órán át, vagy amíg duplájára nő.

Melegítsük elő a sütőt 220°C-ra. 2 sütőlemezre béleljünk ki sütőpapírral.

Egy nagyobb jénai tálba öntsünk 2 liter forró vizet, és keverjük el benne 60 g szóda bikarbónát.

A megkelt tésztát osszuk 8-10 részre, attól függően, hogy kisebb vagy nagyobb pereceket szeretnénk készíteni. Mindegyik darabot sodorjunk 50-60 cm-es vékony hurkává. Formázzuk meg a pereceket: a hurka két végét fogjuk meg, képezzünk egy „U” alakot, majd csavarjuk meg a szárat egyszer, és a végeket hajtsuk vissza az „U” aljára.

Mártuk a pereceket a forró szóda bikarbónás vízbe 1 percre, majd helyezzük a sütőpapírral bélelt tepsire. Kenjük le a felvert tojással, szórjuk meg nagy szemű sóval vagy magokkal. Előmelegített sütőben kb. 12-15 perc alatt süssük barnára.



Céklás-csokis sütemény narancsdarabokkal

sütési hőmérséklet: 180°C
elkészítési idő: 50 p
sütési idő: 40 p

Hozzávalók

23 cm-es tortaformához
vagy 20×30 cm-es
sütőformához:

A tésztához:

- 250 g hámozott főtt cékla
- 50 g étcsokoládé, apróra törve
- 250 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 210 g cukor
- 1 csipenyi só
- 175 g liszt
- 45 g kakaópor
- 1,5 tk. (6 g) Dr. Oetker sütőpor
- 3 db M-es méretű tojás

A tetejére:

- ½ ek. kakaópor
- 1 ek. porcukor
- kandírozott narancs (opcionális)
- ½ tk. (kb. 2 g) törött bors
- friss rozsmaring (opcionális)

Elkészítés

A sütőt melegítsük elő 180°C-ra. A sütő- vagy tortaformát béleljük ki sütőpapírral.

A hámozott, főtt céklát egy aprítógép segítségével daráljuk apróra.

Keverjük el a lisztet a kakaóporral, sütőporral és sóval.

A szobahőmérsékletű margarint keverjük habosra a cukorral, majd egyenként keverjük hozzá a tojásokat is.

A kakaóporos lisztes keveréket szitáljuk a tojásos-margarinos masszába, forgassuk bele, majd keverjük bele az apróra vágott csokoládét és kandírozott narancsdarabokat is.

Az így kapott egynemű tésztát simítsuk az előkészített tortaformába, és előmelegített sütőben süssük kb. 40 percig. Rácsra téve hűtsük ki teljesen.

Kakaóporral elkevert porcukorral megszórva tálaljuk.



Kakaós-málnás palacsintatorta

elkészítési idő: 45 perc
pihenési idő: 120 perc

Hozzávalók

A tésztához:

- 75 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 500 ml tej
- 120 ml víz
- 6 db L-es méretű tojás
- 180 g liszt
- 40 g kakaópor
- 40 g porcukor
- 1/2 tk Dr. Oetker vaníliaaroma

A töltelékhez:

- 240 ml laktózmentes habtejszín
- 60 g porcukor átszitálva
- 30 g kakaópor
- 250 g laktózmentes mascarpone
- 1 tasak Dr. Oetker bourbon vaníliás cukor
- 200 g málna friss vagy fagyasztott (kiengedve)
- 50 g cukor

A csokiöntethez:

- 100 ml laktózmentes habtejszín
- 1 ek. méz
- 85 g laktózmentes étcsokoládé
- 15 g Rama Laktózmentes sütőmargarin

Elkészítés

A margarint olvasszuk fel. A tejet és vizet melegítsük langyosra. A tésztához a lisztet, kakaóport, sőt, porcukrot szitáljuk egy nagyobb táliba. Alakítsunk ki mélyedést a közepén, ebbe öntsük a tojásokat. Keverjük simára, majd adjuk hozzá a meleg vizes tejet, a vaníliaaromát és az olvasztott margarint. Pihentessük kb. 20 percen keresztül.

Közben a málnát forraljuk össze a cukorral, és vízlával törjük szét. Tegyük félre, amíg teljesen kihűl.

Egy 20-22 cm-es palacsintasütő serpenyőt forrósítsunk fel, ebben süssük meg a palacsintákat. Ha kell, kevés margarinnal kenjük át a serpenyőt, hogy a tészta ne ragadjon le. Tegyük félre, amíg teljesen kihűlnék.

A krémhez a mascarponét keverjük ki a porcukor felével, átszitált kakaóporral és a Dr. Oetker Bourbon vaníliás cukorral, majd forgassuk hozzá a porcukor másik felével habbá vert habtejszint.

A palacsintákat egyesével kenjük meg a kakaós mascarponés krémmel, locsoljunk rá keveset a málnapüréből, és rétegezzük egymásra. Tegyük hűtőbe 2 órára.

A csokiöntethez a habtejszint forrósítsuk fel a mézzel, majd öntsük az apróra vágott étcsokoládéra és margarinra.

Keverjük simára, majd hagyjuk szobahőmérsékletre hűlni. Öntsük le a torta tetejét, hagyjuk, hogy az oldalára is lecsurogjon.

Kakaóporral, málnával díszítsük a tetejét.



Paradicsomos francia pite

sütési hőmérséklet: 175°C
elkészítési idő: 60 p
pihenési idő: 30 p
sütési idő: 25 p

Hozzávalók

A tésztához:

- 210 g liszt + a nyújtáshoz
- 170 g Rama Laktózmentes Sütőmargarin
- 5 g (1 ek.) reszelt parmezán
- 1 tk. só
- ¼ tk. frissen őrölt bors
- ¼ tk. szárított oregánó
- 60-70 ml hideg víz
- 1 db S-es tojás a kenéshez

A töltelékhez:

- 200 g koktélpáradicsom (piros, sárga vegyesen)
- 50 g parmezán, vagy más laktózmentes kemény sajt reszelve
- 3-4 levél bazsalikom

Elkészítés

Egy tálban a sóval, 5 g sajttal, fűszerekkel elkevert lisztet gyors mozdulatokkal morzsoljuk össze a kockákra vágott hideg laktózmentes margarin-nal. Korongot formázunk belőle és folpackba csomagolva legalább fél órára hűtőbe tesszük.

Közben egy sütőlemezre sütőpapírt helyezünk. A sütőt melegítjük elő 175°C-ra.

A paradicsomokat mossuk meg és vágjuk félbe.

A tésztát, pihentetése után, enyhén lisztezett felületen nyújtjuk ki kör alakúra 3-4 mm vastagon. (a tészta mennyiségéből kijön egy kb 30 cm-es kör, vagy 2 db 22-24 cm-es)

A tészta közepén egyengessük el a maradék 50 g reszelt sajtot úgy, hogy a tészta szélén hagyjunk szabadon kb. 2 cm-t.

Rendezzük el rajta a félbevágott paradicsomokat. Hajtogassuk fel a tészta peremét a paradicsomok szélére, kenjük le a felvert tojással, szórjuk meg frissen őrölt borssal és kevés sóval.

Előmelegített sütőben süssük 20-25 percig, amíg aranybarna nem lesz a tészta.

Friss bazsalikomlevelekkel díszítsük és tálaljuk.



Körtés-marcipános kézipite

sütési hőmérséklet: 180°C
elkészítési idő: 20 p
pihenési idő: 90 p
sütési idő: 25 p

Hozzávalók

8-10 db pitéhez

A tésztához:

- 200 g liszt
- 2 csipet só
- 125 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 25 g porcukor
- 3 ek. jéghideg víz
- ½ tk. fehérborecet
- barna cukor a szóráshoz

A töltelékhez:

- 2 kisebb érett, de nem puha körte
- 75 g marcipánmassza
- 1 ek. citromlé
- 2 tk. barna cukor
- ¼ tk. mandulaaroma

A kenéshez és szóráshoz:

- 1 tojás
- 2 ek. barna nádcukor

Elkészítés

A tésztához a lisztet és a hideg margarint morzsoljuk össze, majd keverjük hozzá a sót és porcukrot. A fehérborecettel elkevert jéghideg vizet öntsük a lisztes-margarinos keverékhez és gyors mozdulatokkal gyúrjuk össze. Csomagoljuk folpackba és tegyük hűtőbe legalább 1 órára.

A töltelékhez egy tálban keverjük össze a meghámozott és apróra kockázott körtét és a lereszelt marcipánmasszát. Forgassuk át a barna cukorral, a citrom reszelt héjával, locsoljuk meg a citromlé és mandulaaroma keverékével.

A tésztát nyújtjuk ki 2-3 mm vastagságúra és szaggassunk belőle 7-8 cm-es köröket. A fele mennyiséget helyezzük sütőpapírral bélelt tálcára, ami befér a hűtőbe, majd kenjük le körben a szélüket felvert tojással.

A körtés marcipános keverékből halmozzunk 1-1 kiskanálnyit közepükre, majd fedjük be egy-egy tésztakörrel. Villával nyomjuk össze, zárjuk le teljesen a széleket. Tegyük a pitéket hűtőbe 30 percre.

A sütőt melegítsük elő 180°C-ra.

A lehűtött pitéket sütőpapírral együtt húzzuk át egy sütőlemezre, kenjük le a felvert tojással, szórjuk meg barnacukorral, majd vágjuk be 2-3 helyen mindegyik tetejét egy kisebb késsel, hogy sütés közben a gőz távozhasson. Süssük 20-25 percig, amíg a piték teteje aranybarna lesz. Langyosan tálaljuk.



Pisztáciás-mézeshalvátorta

sütési hőmérséklet: 180°C
elkészítési idő: 70 p
sütési idő: 50 p

Hozzávalók

24 cm-es tortaformához:

A tésztához:

- 175 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 120 g barna cukor
- 30 g méz
- 2 db tojás
- 210 g liszt
- 1,5 tk. sütőpor
- 1 tk. só
- 1 tk. őrölt kardamom
- 1 tk. őrölt fahéj
- 150 ml laktózmentes író
- 30 g apróra vágott pistácia
- 8-10 db szilva, felezve, kimagozva

A tetejére:

- 3 ek. méz
- 10 g apróra vágott pistácia

Elkészítés

A sütőt melegítsük elő 180°C-ra, és egy 24 cm-es tortaforma alját béleljük ki sütőpapírral.

A szobahőmérsékletű margarint keverjük habosra a cukorral és a mézzel. Egyesével keverjük hozzá a tojásokat.

A lisztet szitáljuk egy nagyobb táliba a sóval, őrölt fahéjjal, kardamommal és sütőporral, majd ezt a száraz keveréket kisebb adagokban, felváltva a laktózmentes íróval, keverjük a cukros-margarinos-tojásos masszához.

A végén egy kanállal forgassuk bele az apróra vágott pistáciát is. Öntsük a tortaformába, és simítsuk el a tetejét.

A felezett szilvákat szeleteljük fel. Helyezzük a szeleteket körben a masszára, majd előmelegített sütőben süssük kb 40-50 percen keresztül. Tűpróbával ellenőrizzük, hogy átsült-e.

Tegyük rácsra hűlni. Amikor már langyos, locsoljuk meg a kissé felmelegített mézzel, és szórjuk meg pistáciával.



Fekete olajbogyós sajtos kekszek

sütési hőfok: 180°C
elkészítési idő: 30 p
pihenési idő: 30 p
sütési idő: 15 p

Hozzávalók

40-45 db kekszhez:

- 340 g liszt
- 250 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 160 g laktózmentes sajt reszelve
- 120 g apróra vágott fekete, magozott olajbogyó
- ½ tk. (kb. 3 g) só
- ½ tk. (kb. 2 g) törött bors
- friss rozsmaring (opcionális)

Elkészítés

Egy nagyobb tálban keverjük össze a lisztet, reszelt parmezánt (vagy más laktózmentes kemény sajtot), fekete olajbogyót, sót és ízlés szerint (kb. fél teáskanálnyit) frissen őrölt fekete borsot. Ebben morzsoljuk el a puha laktózmentes margarint, és gyors mozdulatokkal gyúrjuk a masszát gömb formára. Lapogassuk el koronggá, csomagoljuk folpackba és tegyük hűtőbe legalább 2 órára.

Két sütőpapír között nyújtuk kb. 4 mm vastagságúra a tésztát, és egy 5 cm-es átmérőjű pogácsaszaggatóval szúrjuk ki belőle kerek kekszeket, vagy csak egyszerűen vágjuk a kinyújtott tésztát 4-5 cm széles négyzetekre. A sütőpapírral együtt helyezzük egy kisebb tálcára (ami befér a fagyasztóba).

Ha szeretnénk, egy-egy friss rozsmaringlevelet nyomkodjunk rájuk.

Tegyük a kekszeket fagyasztóba 10 percre, s közben melegítsük elő a sütőt 180°C-ra.

A tepsit béleljük ki sütőpapírral. Helyezzük rá a fagyasztóból kivett kekszeket, és az előmelegített sütőben süssük őket kb. 15 percig, amíg aranybarnák nem lesznek.

A sütőből kivéve 5 percig pihentessük őket a tepsin, mielőtt rácsra téve teljesen kihűtenénk.



Lisztmentes, csokis, mogyorós-körtés süti

sütési hőmérséklet: 180°C
elkészítési idő: 35 p
sütési idő: 50 p

Hozzávalók

A körtéhez:

- 3 érettebb körte
- 30 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 2 ek. barna cukor
- 1 ujjnyi friss gyömbér reszelve (vagy 1 kk. őrölt gyömbér)

A tésztához:

- 3 db S méretű tojás, szétválasztva
- 75 g barna cukor
- 1 csipet só
- 75 g étcsoki
- 74 g Rama Laktózmentes sütőmargarin
- 75 g darált mogyoró
- 2 ek. porcukor

Elkészítés

A sütőt melegítsük elő 180°C-ra. A sütő- vagy tortaformát béleljük ki sütőpapírral. (a 20 cm-es formában a sütemény magasabb lesz, a körte-darabok csak szeleteléskor látszódnak majd.)

A körtéket hámozzuk meg, magozzuk ki és negyedeljük. A Rama Laktózmentes sütőmargarint egy serpenyőben olvasszuk fel, adjuk hozzá a barna cukrot, majd kevergessük addig, amíg a cukor el nem olvad. Tegyük a serpenyőbe a körte-darabokat is, valamint a reszelt gyömbért (vagy gyömbérport) és gyakran forgatva pároljuk meg (kb. 10 perc alatt). Tegyük félre hűlni.

A csokoládét és margarint gőz felett, vagy mikrohullámú sütőben olvasszuk össze és keverjük szép sima masszává. Hagyjuk szobahőmérsékletre hűlni.

A tojásokat válasszuk szét, a sárgájukat a cukorral keverjük habosra, majd öntsük az olvasztott csokoládéhoz, óvatosan forgassuk össze a két masszát, végül keverjük hozzá a darált mogyorót is.

Egy külön edényben a tojások fehérjét verjük kemény habbá egy csipetnyi sóval, majd több részletben forgassuk a mogyorós masszába.

Öntsük a masszát az előkészített tortaformába, helyezzük rá a körteszeleteket, majd süssük kb. 40-50 percen keresztül. Tűpróbával ellenőrizzük.

Várjuk 5-10 percet mielőtt a tortakarikát eltávolítjuk, majd hűtsük ki teljesen. Porcukorral megszórva tálaljuk.



További receptekkel várunk
weboldalunkon:

www.receptmuhely.hu

Cukrász: Tóth Móni
Képek: Tintahal Design
A kiadvány újrahasznosított papírból készült.