

Leipävanukas, haudutettua nektariinia ja vaniljakastiketta



60 min. 329 kcal SteviaSweet Jauhe

Valmistus

Laita uuni kuumenemaan 175 °C.

Sulata voi ja käytä siitä pieni määrä uunivuolan (15 x 20cm) voiteluun. Kuutioi leipä noin 2 sentin paloiksi. Sekoita maito, muna, **SteviaSweet Jauhe** ja mantelirouhe sekaisin isossa kulhossa. Lisää mukaan mausteet ja leipäkuutiot ja anna seoksen turvota 10 minuuttia. Kaada massa uunivuokaan, valuta sula voi päälle ja paista uunin keskitasolla noin 35-45 minuuttia kunnes vanukas on hyytynyt.

Huuhtelee nektariinit hyvin. Halkaise ja poista kivet. Leikkaa puolikkaat lohkoiksi ja paloittele vielä kolmioiksi. Kiehauta vesi, **SteviaSweet Jauhe** ja appelsiinin mehu kattilassa. Lisää nektariinin palat ja appelsiinin raastettu kuori kuumaan liemeen ja anna marinoitua kannella tai tuorekelmulla peitettynä 15 minuuttia.

Valmista vielä vaniljakastike. Laita maito, kerma, vanilja ja **SteviaSweet Jauhe** kattilaan ja kiehauta. Erottele keltuaiset kulhoon. Kaada kuuma neste keltuaisten päälle koko ajan reippaasti sekoittaen. Kaada seos takaisin kattilaan ja vatkaa seosta miedolla lämmöllä, kunnes se paksunee ja vaahto pinnasta laskeutuu.

Tarjoile leipävanukas nektariinien ja vaniljakastikkeen kera.

Ainekset 6 annosta

25 g	voita
150 g	maalaisleipää
4 dl	maitoa
2	kananmunaa
10 g	SteviaSweet Jauhe
50 g	mantelirouhetta
1 tl	jauhettua kanelia
1/2 tl	jauhettua vaniljaa

Haudutettu nektariini

2	nektariinia
1/2 dl	vettä
1/2 dl	SteviaSweet Jauhe
1	appelsiinin mehu ja raastettu kuori

Vaniljakastike

1 dl	maitoa
1 dl	kuohukermaa
5 g	SteviaSweet Jauhe
1/2 tl	jauhettua vaniljaa
3	kanamunan keltuaista

Ravintoarvot per annos

329	kcal
1381	kJ
11.5	g Proteiinia
22	g Hiilihydraatit
22	g Rasvaa