

Macaroon-Leivokset



 50 min.  78 kcal  SteviaSweet Jauhe

Valmistus

Annoksia: 10

Lämmitä uuni 180°C asteiseksi. Mittaa mantelijauhe, kookoshiutaleet ja makeutus -jauhe kulhoon. Vatkaa valkuaiset kevyesti. Sekoita valkuaisvahto manteli-kookosseokseen veden kanssa vuorotellen, kunnes seos on melko sileää ja jäykkää. Leivinpaperoi uunipelti. Lusikoi taikina 12 keoksi leivinpaperin päälle ja paina manteli jokaisen keon päälle. Paista uunissa noin 15 minuuttia, kunnes seos on kiinteä ja saanut hivenen väriä. Anna leivosten jäähtyä uunista ottamisen jälkeen muutamia minuutteja pellillä ja siirrä ne sen jälkeen ritilän päälle jäähtymään. Vinkki! Leivokset voi pakastaa.

Ainekset

13/4 dl	mantelijauhetta
1/2 dl	kookoshiutaleita
11/4 dl	SteviaSweet Jauhe
2	kananmunan valkuaista
2 rkl	vettä
1/4 tl	manteliaromia
12	valkoista mantelia

Ravintoarvot per annos

78	kcal
325	kJ
3.6	g Proteiinia
1.1	g Hiilihydraatit
6.6	g Rasvaa