

Čokoládové suflé



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 35min , Porce: 8

1278 kalorií , **2 g** cukrů , **99 g** tuků , **139 g** bílkovin

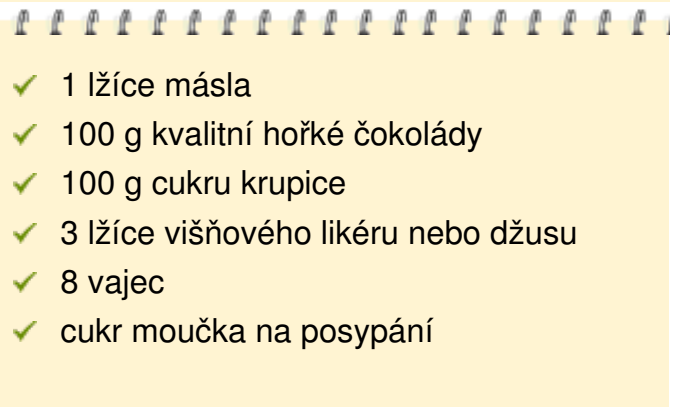
Autor: Sonia005

Odkaz: <https://srecepty.cz/cokoladove-sufle>

Příprava

Troubu rozežrejem na 230°C. 8 malých misek na suflé vymažeme máslem a postavíme na plech. Čokoládu rozpustíme ve vodní lázni a do rozpuštěné čokolády zamícháme 50g cukru krupice a višňový likér nebo džus. Vše dobře promícháme a odstavíme z ohně. V míse oddělíme žloutky od bílků. Žloutky rozšleháme a vmícháme do rozpuštěné čokolády. Směs vymícháme dohladka a necháme vychladnout. Ve velké míse ušleháme šlehačem sníh z bílků do husté pěny a postupně do ní vmícháme zbylý cukr. Tuhý sníh velmi zlehka vmícháme do čokoládové směsi. Vzniklou hmotu nalijeme stejnoměrně do vymazaných misek asi do 3/4 a zapékáme 10-15 minut. Upečené pocukrujeme cukrem moučka a ještě teplé podáváme.

Ingredience



Kategorie

Výjimečný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Něco extra, Labužník, Dezert

