

Jablečný jáhelník



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 8

3183 kalorií , **48 g** cukrů , **48 g** tuků , **108 g** bílkovin

Autor: Sonia005

Odkaz: <https://srecepty.cz/jablecny-jahelnik>

Příprava

Ve velkém hrnci si dáme vařit mléko s cukrem a přisypeme jáhly. Vaříme asi 15 minut, dokud nejsou jáhly měkké. Jakmile máme uvařeno, slijeme a jáhly dáme do mísy chladnout. Poté přidáme 3 žloutky a dle chuti ještě med nebo cukr. Z bílků si ušleháme tuhý sníh a jemně vmícháme ke směsi jáhel. Jablka oloupeme a nakrájíme na menší kousky. Smícháme se skořicí a muškátovým oříškem a necháme stranou. Do dortové formy, kterou jsme si vymazali máslem, dáme jednu třetinu jáhel a poklademe polovinou ochucených jablek. Přikryjeme další třetinou jáhel a navrstvíme opět jablka. Nakonec přikryjeme poslední vrstvou jáhel. Pečeme ve vyhřáté troubě na 180° C, dokud není povrch zlatavý.

Ingredience

- ✓ 3 hrnky jáhel
- ✓ 4 hrnky mléka
- ✓ 2 lžičce vanilkového cukru, nebo 3 lžičce medu
- ✓ 4 sladké větší jablka
- ✓ 1 lžičce skořice
- ✓ špetka muškátového oříšku
- ✓ 3-4 vejce (žloutky a bílky zvlášť)

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Zima, Rodina, Moučník



Tip k receptu

Místo jablek můžeme použít i hrušky, švestky, meruňky, cokoliv máme rádi a můžeme doplnit například rozinkami, nebo brusinkami.

