

Plněná pomerančová kůra



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

454 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/plnena-pomerancova-kura>

Příprava

Pomeranče rozkrojíme na půlku, vyjmeme dužinu, pokrájíme na kostičky, dáme do misky. Přidáme na kostičky nakrájené banány a ananas a promícháme. Pokapeme rumem, z bílku si ušleháme tuhý sníh, přisypeme cukr a šleháme ve vodní lázni. Poté ovocem naplníme pomerančovou kůru a navrch navršíme ušlehaný sníh z bílků a dáme zapéct do trouby, pečeme při 190 °C, cca 15-20 minut.

Ingredience

- ✓ 4 ks pomerančů
- ✓ 2 ks banánů
- ✓ 6 koleček ananasu
- ✓ 2 lžičky rumu
- ✓ 2 ks bílků
- ✓ 100 g moučkového cukru

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Něco extra, Labužník, Dezert

