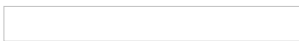


Pomerančový nákyp



Obtížnost: □□□□□

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

947 kalorií , **1 g** cukrů , **63 g** tuků , **9 g** bílkovin

Autor: jessynka

Odkaz: <https://srecepty.cz/pomerancovy-nakyp>

Příprava

Ze 4 lžic másla a mouky připravíme velmi světlou jíšku, kterou zalijeme mlékem a povaříme. Po částečném vychladnutí přidáme rum a šťávu z 2/3 pomerančů, 5 žloutků a rozdrcené piškoty a vše promícháme. Pět bílků vyšleháme v tuhý sníh a zvolna je spolu s nakrájenými zbylými pomeranči vmícháme do připravené směsi. Mísu vymažeme máslem a vysypeme cukrem a nárypovou směs v ní upečeme ve středně vyhřáté troubě. Správný nákyp je jemný a je ho dvojnásobně více než před pečením.

Ingredience

- 350 g pomerančů
- 5 lžic másla
- 5 lžic hladké mouky
- 1/8 l mléka
- 2-4 lžíce rumu
- 5 vajec
- 150 g dětských piškotů
- troška cukru krystal

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročné, Něco extra,
Rodina, Hlavní chod