

Ptáčí mléko



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

585 kalorií , **2 g** cukrů , **35 g** tuků , **40 g** bílkovin

Autor: linkinkatka

Odkaz: <https://srecepty.cz/ptaci-mleko>

Příprava

Z vajec oddělíme žloutky od bílků. Z bílků, soli a 5 dkg cukru ušleháme tvrdou pěnu. Do široké nádoby dáme vařit asi 1/3 mléka. Když se mléko mírně vaří, z bílkové pěny vykrajujeme malou lžičkou noky, které vaříme v mléce z obou stran asi 1 minutu (nedáváme tam moc noků najednou, protože při vaření nabudou). Uvařené noky vybereme na talíř. Poté, když jsou noky uvařené, dolijeme zbytek mléka a vaříme. Do rozšlehaných žloutků přidáme trochu mléka, mouku, zbytek cukru a vanilkový cukr. Důkladně zamícháme, vlejeme do předem uvařeného mléka a ještě chvíli za stálého míchání vaříme do zhoustnutí. Omáčku necháme vystydnout, vložíme noky z bílků a můžeme podávat.

Ingredience

- ✓ 1,5 l mléka
- ✓ 6 vajec
- ✓ 15 dkg cukru krupice
- ✓ 2 lžíce hladké mouky
- ✓ 1 sáček vanilkového cukru
- ✓ špetka soli

Kategorie

Výjimečný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Něco extra, Zkušený kuchař, Dezert