

# Roláda s čokokysankou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 15min  
Celkový čas: 50min , Porce: 6

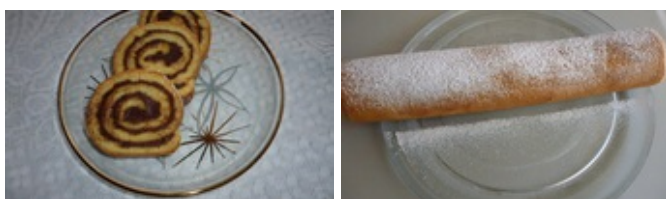
**1469** kalorií , **1 g** cukrů , **70 g** tuků , **127 g** bílkovin

**Autor:** JanaB

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/rolada-s-cokokysankou>

## Příprava

Plech vyložíme papírem na pečení. Z bílků a špetky soli vyšleháme tuhý sníh. Žloutky s cukrem vyšleháme do pěny a potom zašleháme mouku s kypřícím práškem do pečiva. Do vyšlehané směsi stěrkou opatrně vmícháme tuhý sníh z bílků. Těsto rozetřeme na připravený plech, vložíme do předehřáté trouby na 200 °C a pečeme asi 12 - 15 minut (dle trouby). Na stůl rozložíme utěrku, na ní dáme upečený plát i s papírem a přikryjeme dalším čistým papírem a roládu stočíme i s utěrkou. Ve vodní lázni rozeřežeme nalámanou čokoládu a vmícháme zakysanou smetanu. Roládu rozvineme, odstraníme papír a ve slabé vrstvě potřeme čokoládou. Roládu stočíme, pocukrujeme a dáme vychladit, studenou nakrájíme.



## Ingredience

- ✓ 5 vajec
- ✓ 5 lžic polohrubé mouky
- ✓ 5 lžic cukr moučka
- ✓ špetka soli
- ✓ 2 špetky kypřícího prášku do pečiva
- ✓ 100 g čokolády s 50% kakaá
- ✓ 100 g zakysané smetany 16%

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Obiloviny, těstoviny a rýže, Jídlo na každý den, Rodina, Moučník