

Tvarohové suflé s malinovou omáčkou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 1

136 kalorií , 9 g cukrů , 2 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/tvarohove-sufle-s-malinovou-omackou>

Příprava

Z vajec oddělíme zvlášť žloutky a bílky. Žloutky ušleháme s krupicovým cukrem do světlé pěny, pak přišleháme tvaroh. Z bílků a moučkového cukru ušleháme tuhý sníh a lehce vmícháme do tvarohové směsi.

Hmotu rozdělíme do malých formiček, které jsme předem vymazali tukem a vysypali hrubou moukou. Formičky naskládáme do hlubšího plechu, kolem nalijeme vodu asi 1 cm vysoko. Plech vložíme do středně vyhřáté trouby a pečeme asi 15 - 20 minut.

Zatímco se suflé peče, připravíme malinovou omáčku: Ze 3 lžic krupicového cukru umícháme karamel, nalijeme na něj 100 ml červeného vína a chvíli povaříme, až tekutina začne houstnout. Pak přisypeme maliny a necháme je krátce povařit. Hotovou omáčku můžeme nechat i se semínky nebo propasírovat přes cedník, aby byla hladká bez semínek. Teplé suflé podáváme s malinovou omáčkou.

Ingredience

- 2 vejce
- 30 g cukru krupice + 3 lžice na karamel
- 30 g cukru moučka
- 250 g tvarohu
- 100 ml červeného vína
- talíř malin

Kategorie

Léto, Jídlo na každý den, Rodina, Dezert

Tip k receptu

Suflé během pečení hodně vyskočí, ale po vyndání z trouby ihned klesne, na chuti mu to rozhodně neubírá :o).

