Valentýnské řezy s Cottage náplní - bez lepku, bez laktózy

30 minut + vychladnutí náročnost ●●●○

Přejete si něco malého sladkého? A přeci s kvalitními bílkovinami v jemné náplni? Radka Vrzalová přináší nový recept.

Ingredience

Na kakaový plát

- 5 vajec vel. M (žloutky + bílky zvlášť) pokojové teploty
- špetka soli
- 80 g xylitolu nebo cukru krupice
- 2 pol. lžíce horké vody + 2 pol. lžíce řepkového oleje
- 4 mírně vrchovaté pol. lžíce kakaového pudinkového prášku bez lepku
- 3 mírně vrchovaté pol. lžíce mletých mandlí (mandlové mouky)
- 2 mírně vrchovaté pol. lžíce kakaového prášku

Na náplň

- 2 balení Jihočeského cottage bez laktózy
- 2 balení jahodové Jihočeské Lahůdky bez laktózy
- 1 sáček jahodové práškové náplně se ztužovacím účinkem (Radka doporučuje např. Dr. Oeker)
- Med na doslazení

Na polevu

- rozpustíme 150 g hořké čokolády bez mléka (70 procent kakaa) v 40 g teplého řepkového oleje, promícháme a necháme krátce zchladnout na pokojovou teplotu

Pozn.: použijte xylitol a med, řezy pak budou bez přidaného cukru

Návod na přípravu:

Bílky vyšleháme se špetkou soli v pevný sníh. Žloutky vyšleháme se sladidlem do pěny, přidáme horkou vodu a olej, prošleháme, přisypeme směs sypkých složek (pudink. prášek, kakao, mandle) a opatrně stěrkou zapracujeme. Nakonec vmícháme lehce sníh a hotové těsto vlijeme na plech s peč. papírem. Rovnoměrně uhladíme a pečeme cca 10 minut na 180?C.

Po upečení si papír s plátem necháme vychladnout na mřížce a plát podélně rozpůlíme. Obě poloviny si na rovné

ploše (větší prkénko) položíme na sebe a nožem zarovnáme okraje (zalícujeme).

Cottage sýry si vyšleháme ve vysoké nádobě ponorným mixérem do hladké hmoty, přišleháme jahodové Lahůdky a nakonec jahodový ztužovač. Můžeme lehce dosladit medem.

Hotový krém rovnoměrně stěrkou naneseme na polovinu kakaového plátu a druhým plátem opatrně přiklopíme, aby krém nevytékal. Necháme v lednici vychladit alespoň 4 hodiny. Pak ostrým nožem naporcujeme na 6-7 řezů o velikosti cca 5 x 10-11 cm.

Jednotlivé řezy přeléváme čokoládovou polevou – pro lepší manipulaci si je můžeme dát na mřížku, kterou postavíme na plech vyložený pečícím papírem. Necháme zchladnout a podáváme.

Nechce se inspirovat a koukněte na další báječné bezlaktózové recepty od Radky Vrzalové.