

Mini-Meringues



© le menu

ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 1 Stunde
 BACKEN/TROCKNEN: ca. 2 Stunden
 AUSKÜHLEN LASSEN: ca. 3 Stunden

Für 60–70 Stück

1 Spritzsack oder mehrere Einweg-Spritzsäcke
 mit fein gezackter Tülle von 16 mm Ø
 Backpapier für die Bleche

Masse

4 Eiweiss (Grösse L, 60 g +)

1 Prise Salz

Einige Tropfen Zitronensaft

250 g Zucker

Je wenig Lebensmittelgel, z.B. pink,
 orange, grün

ZUBEREITUNG

1 Eiweiss, Salz, Zitronensaft und Zucker in eine saubere, fettfreie Chromstahlschüssel geben. Über dem heissen Wasserbad (das Wasser darf die Schüssel nicht berühren) unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen auf 50°C erwärmen. Dann mit der Küchenmaschine oder den Schwingbesen des Handrührgerätes erst auf niedriger bis mittlerer Stufe 2–3 Minuten schaumig schlagen. Anschliessend auf hoher Stufe 7–8 Minuten zu einem sehr festen, glatten und glänzenden Schaum schlagen. Es entstehen stabile Spitzen.

2 Masse in 3–4 Schüsselchen verteilen, je mit Lebensmittelgel pastellig einfärben. Die Farben bleichen beim Backen/Trocknen etwas aus, deshalb etwas kräftiger einfärben als das gewünschte Endresultat.

3 Massen nacheinander in den Spritzsack oder separat in die Einweg-Spritzsäcke geben. Kleine Häufchen auf die vorbereiteten Bleche spritzen. Sofort backen.

4 Miteinander im auf 100°C Heissluft/Umluft vorgeheizten Ofen 45 Minuten backen. Dann Hitze auf 85°C reduzieren. Weitere 1–1½ Stunden backen/trocknen, dabei die Ofentür mit einer eingeklemmten Holzkeile leicht offen halten, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

5 Meringues im ausgeschalteten Ofen 2–3 Stunden vollständig auskühlen lassen.

Tipp

Mit Schlagrahm oder Glace und Früchten oder Beeren servieren. Oder jeweils 2 Meringues mit geschlagenem Schokolade-Rahm, Zitronen-Buttercrème oder Lemon Curd usw. füllen.

NÄHRWERTE

Pro Portion / pro Stück: kcal 18 , Fett 0g , Kohlenhydrate 4g , Eiweiss 0g

www.lemenu.ch