Sukkerfri Pavlova



Ingredienser

♥ 6 eggehviter
♥ 200 g sukrinmelis
♥ 2 ss maisenna
♥ 1,5 ts eddik

Pynt:
♥ 3 dl kremfløte
♥ 400 g friske bær (jordbær, bringebær, blåbær)
♥ 1 kiwi
♥ 50 g sukkerfri melkesjokolade

Fremgangsmåte

Marengsbunn:

Pisk eggehvitene til stivt, hvitt skum.

Tilsett sukrinmelis og pisk videre til tykk marengs. Du vil se at marengsen får en litt løsere og mer porøs konsistens enn når man pisker den med vanlig sukker, men den vil likevel bli hvit og stiv. Jeg pisker i ca. 10 minutter med elektrisk mikser.

Vend så helt forsiktig inn maisenna og eddik med en slikkepott. Rør så lite som mulig slik at marengsen beholder den faste konsistensen.

Ha marengsen på en bakepapirdekket stekeplate og form den til en tykk, rund kake. Jeg synes det ser stilig ut når man lager mønster langsmed kanten (jeg bare drar tuppen av en smørekniv eller en teskje oppover langsmed kanten av kaken for å få

stripete mønster).

Stek kaken midt i ovnen i 1 time enten ved 120°C varmluft eller ved 150°C vanlig over- og undervarme (jeg brukte førstnevnte denne gangen).

Slå deretter av varmen på ovnen og la kaken bli værende i ovnen og tørke i ettervarmen i minst 1 time til.

Vær nå forberedt på at utsiden av marengskaken vil være lysegul i fargen. Dette er en konsekvens av å bruke sukrinmelis i stedet for vanlig sukker. På innsiden av kaken vil marengsen imidlertid fortsatt være helt hvit.

Pynting:
Før servering piskes kremfløten til krem og fordeles over kaken.

Pynt med friske jordbær, bringebær og blåbær, og gjerne biter av kiwi.

Dryss over hakket sukkerfri melkesjokolade til slutt.

Tips

♥ Det å tilsette maisenna og eddik i marengsen gjør at Pavlovaen får en litt bløt kjerne, slik en ekte Pavlova skal være. Marengsen vil absolutt ikke ta smak av eddiken, den bare er med på å gi den rette konsistensen. Hvis du foretrekker å droppe maisenna og eddik, vil du får en mer vanlig marengsbunn som er helt tørr tvers igjennom.

♥ Som sagt vil den størst forskjellen på Sukkerfri Pavlova vs. vanlig Pavlova være at utsiden på marengsen vil bli lysegul etter stekingen. Kaken blir imidlertid fortsatt veldig vakker å se på og er som sagt helt hvit inni.

♥ Marengsbunnen kan gjerne lages dagen i forveien. Oppbevares tørt og i romtemperatur. Pavlovaen bør serveres samme dag den pyntes med krem og bær.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/sukkerfri-pavlova