



VAFLE S NETRADIČNÍ PĚNOU

VAFLE

SUROVINY

- 500 g hladké mouky
- 3 vejce
- 500 ml mléka
- 120 g rozpuštěného másla
- 150 g cukru krystal
- 1 vanilkový cukr
- 1 a 1/2 balíčku prášku do pečiva

POSTUP

- › Vejce s cukrem a vanilkovým cukrem rozmixuj do pěny a přidej rozpuštěné máslo. Promíchej a přidej mouku s práškem do pečiva. Přilij mléko a pořádně metličkovým mixérem směs promíchej. Těsto má být hustší.
- › Nahřej vaflovač a upeč na něm vafle.

PĚNA

SUROVINY

- 140 g nálevu ze sterilizované cizrny (aquafaba)
 - 40 g krystalového cukru
 - špetka soli
 - 2 lžice pyré z černého rybízu
- (případně pasta nebo jiná příchut' podle dostupných surovin)

POSTUP

- › Kdo nemá rád syrová vejce (tak jako já) pak je tady skvělá náhrada – aquafaba.
- › Tato tekutina, sestávající zejména ze škrobů a proteinů, funguje jako emulgátor (umožňuje spojit dvě nespojitelné kapaliny, jako například olej a vodu), pěnidlo (pěnotvorná látka) i zahusťovadlo. Má neutrální chuť a dá se použít na cokoliv. Jako základ pro úžasnou majonézu nebo na pusinky, které chutnají jako cukrová vata.
- › Nálev dej do vysoké úzké nádoby, přidej špetku soli, a prošlehej. Když se začne tvořit pěna, přidej cukr, pokračuj ve šlehání. Poté přidej pyré nebo pastu. Vyšlehej do co nejtužší konzistence. Pěnu je třeba spotřebovat ideálně hned, prostě na jedno posezení k vaflím.
- › Vychladlé vafle namaž pěnou a dozdob ovocem, lentilkami a květinami.

Recept pro nás připravila Katka, finalistka soutěže Peče celé Slovensko.
IG @ketrin_sladucka.