



Hindbærfromage

4 personer

Ingredienser

150 g hindbær, frost
50 g sukker
1 bæger æggeblomme, 33 g
5 blade husblas, tør
1 dl yoghurt naturel
1 bæger æggehvide, 50 g
Mynteblade eller citronmelisse

Tip!

Danske friske bær kan anvendes i sæson. Sukkermængden afhænger af bærenes sødme, smag derfor til. Hindbær skal have stuetemperatur før tilberedning ellers er der risiko for klumper i fromagen.

Fremgangsmåde

Blend de optøede hindbær med halvdelen af sukkeret

1. Pisk æggeblommerne hvide og skummende med resten af sukkeret
2. Bland de blendede bær, piskede æggeblommer og yourgurt i en skål
3. Udblød husblassen i rigeligt koldt vand. Smelt husblassen med det vand der hænger ved over et vandbad. Må ikke blive for varmt
4. Tilsæt husblassen i en tynd stråle under omrøring
5. Hviderne piskes stive, og foldes forsigtig i, til fromagen har ensartet konsistens
6. Fordeles i portionsskåle eller en serveringsskål og sættes i køleskabet.
7. Fromagen stivner i løbet af 2-4 timer
8. Ved servering pyntes med bær og mynteblade.

Næringsindhold	Pr. 100 g	Pr. person (99 g)
Energi	128 kcal/ 537,5KJ	127 kcal/ 533,5KJ
Fedt	3,5 g	3,5 g
Kulhydrat	16,5 g	16,5 g
Protein	6 g	6 g