



Sós karamell

Hozzávalók (2 db 250 ml-es üveghez):

- ♥ 160 g kristálycukor
- ♥ 125 ml habtejszín
- ♥ 175 g puha vaj
- ♥ só

- 1 Egy mély serpenyőbe téve közepes lángon, keverés nélkül karamellizáljuk a cukrot középbnára.
- 2 Egy másik lábasban kissé melegítsük meg a tejszínt, majd a langyos tejszínnel óvatosan, kevergetve öntjük fel a már megolvadt cukrot, keverjük teljesen simára.

- 3 A tűzről levéve keverjük bele a szoba-hőmérsékletű vajat, végül sózzuk meg ízlés szerint, és hagyjuk kihűlni. Töltsük üvegekbe. **Elkészítési idő: 15 perc**
Egy üveg: 1245 kcal

Tippek

- Melegen fagyaltok, sütemények öntetként is nagyon finom.
- Behűtve és kemény habbá felverve sütemények tölteléke is lehet.



Édes percek

Banánkenyér

Hozzávalók (1 darabhoz):

- ♥ 2 db tojás ♥ 180 g barna cukor
- ♥ 1 csipet só ♥ 50 g puha vaj
- ♥ 100 ml olívaolaj ♥ 20 g méz
- ♥ 400 g finomliszt ♥ 80 g teljes kiőrlésű búzaliszt ♥ 1 tk sütőpor
- ♥ 1 tk szódaikarbóna ♥ 3 db túl-érett banán ♥ 150 g étcsokoládé (60% kakaótartalmú) ♥ 170 g szeletelt mandula

- 1 Egy nagy tálban keverjük habosra a tojásokat a cukorral, adjuk hozzá a sót és a vajat, majd keverés közben lassan csorgassuk hozzá az olajat és a mézet. Egy másik tálban forgassuk össze

szé a kétféle lisztet, a sütőport és a szódaikarbónát. A banánokat hámozzuk meg, villával törjük össze, a csokit aprítsuk fel. Keverjük a tojásos masszához a banánt, forgassuk bele a lisztkeveréket, a szeletelt mandulát és a csokit.

- 2 Simítsuk a masszát egy sütőpapírral bélelt kenyérformába, és süssük aranybarnára 175 fokra előmelegített sütőben kb. 45 perc alatt. Tűpróbával ellenőrizzük, hogy a sütemény közepé is átsült-e.

Elkészítési idő: 70 perc
Egy darab: 5950 kcal