

ΠΑΓΩΤΟ ΚΑΠΟΥΤΣΙΝΟ



ΥΛΙΚΑ

4 ασπράδια
200 γρ. ζάχαρη καστανή
2 κ.σ. στιγμιαίος καφές
2/3 φλ. κρέμα γάλακτος
200 γρ. τυρί μασκαρπόνε

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάτε πάρα πολύ καλά τα ασπράδια μαζί με τα 100 γρ. ζάχαρη
Ανακατεύετε τα 100 γρ. ζάχαρης, τον καφέ και 1/3 φλ. νερό σε ένα μικρό τηγανάκι σε μέτρια φωτιά και το αφήνετε μέχρι να δέσει
Ρίχνετε ανακατεύοντας το σιρόπι μέσα στο μείγμα με τα αυγά. Το βάζετε στο ψυγείο για να κρυσώσει.
Χτυπάτε σε μίξερ πολύ καλά την κρέμα. Μετά προσθέστε το μασκαρπόνε μ ένα κουτάλι. Σιγά σιγά προσθέστε και μείγμα του καφε.
Μοιράζετε σε σκεύη και το βάζετε στην κατάψυξη.

Διατροφική ανάλυση

Ενέργεια	258 kcal
Υδατάνθρακες	27 g
Πρωτεΐνη	3 g
Λιπαρά	16 g