

Meringues recette de base

Ingrédients

Pour env. 12 pièces

papier sulfurisé pour la plaque

2 blancs d'oeufs

60 g de sucre

50 g de sucre glace

¼ cs de fécule de maïs



Préparation

Préparation: 15 minutes

Cuisson: 1 heure, 45 minutes

Refroidissement: 1 heure

Prêt en 3 heures

1. Meringues: battre les blancs en neige. Ajouter la moitié du sucre, battre jusqu'à ce que le mélange brille. Ajouter le reste du sucre, battre encore brièvement. Mélanger le sucre glace et la fécule de maïs, incorporer délicatement à la masse.
2. Verser dans une poche à pâtisserie avec douille cannelée. Former des meringues sur la plaque préparée. Cuire 1 h ¼ au milieu du four préchauffé à 100°C. Laisser refroidir dans le four en laissant la porte entrouverte.

Les blancs d'oeufs sont plus faciles à monter en neige s'ils datent d'env.

2 semaines. Ils doivent en outre être bien froids. Pour la cuisson, laisser éventuellement la porte du four entrouverte.

Valeurs nutritionnelles

Une part contient: 85 kcal; protéines: 1 g; lipides: 0 g; glucides: 20 g.