

Marängstubbe/budapestroll med kokos

5 bitar marängstubbe

Kalorier: 259 / portion

Kolhydrater: 4g / portion

Ingredienser

Kokosmarängbotten

3 äggvitor

1,5 dl kokoschips

1,5 dl sukrin

Fyllning

2,0 dl (ovispad) vispgrädde

125 gram frysta bär (vi har svarta och röda vinbär)

Topping

Kakaosmör

Rå kakaopulver

Honung

Gör så här

1. Sätt ugnen på 175 grader. Ta fram de frysta hallonen
2. Hacka kokoschipsen i mindre bitar. Rosta 1 dl kokoschips i en torr stekpanna
3. Vispa äggvitorna med 0,5 dl sukrin till en maräng. När marängen är fast så håll i resten av sukrinet och vispa ytterligare i 2 minuter.
4. Vänd ner den rostade kokosen i marängsmeten.
5. Lägg ett bakplåtspapper på en ugnsplåt och smeta ut marängen på ungefär halva plåten.
6. Strö över resterande kokos.
7. Grädda mitt i ugnen i ca 15 minuter. Marängen ska inte bli torr.
8. Ta ut plåten, låt svalna och vänd botten på ett nytt bakplåtspapper och dra sedan av papperet från botten. Låt svalna ytterligare så att

grädden inte smälter
när du håller på den.

9. Vispa grädden fast. Bred ut den över marängbotten och sprid ut hallonen.

10. Rulle till en rulle. Smält ihop kakaosmör, kakao och honung till

en chokladsmet och ringla över stubben (det går också att smälta rå choklad

och ringla över om man tycker det är enklare, t.ex [dessa](#)). Låt stelna.

11. Njut av den godaste och nyttigaste budapestrollen du smakat ☐