

בלניצ'ס גבינה דל קלוריות
וסוכר

רכיבים

- ביצה מופרדות
- כוס חלב
- כוס סודה קרה
- שקית סוכר וניל
- 3/1 1/3 כוס סוכר לבן
- גרידת לימון מ-1/2 לימון
- 3/1 1/3 כוס צימוקים
- לפי הטעם פאפייה מיובשת מרוסקת
- 4/1 1/4 כוסות קמח לבן
- 3/1 1/3 כוס שמן קנולה
- קורט קינמון טחון
- חבילה גבינה כפרית
- 2/1 1/2 כפות גבינה לבנה 9%

הכנה

1. מקציפים 2 חלבונים וחלמון אחד (את החלמון השני משאירים למילוי), מוסיפים לאט לאט את סוכר הוניל, מי סודה והחלב עד קבלת בלילה אחידה.
2. מחממים שמן במחבת ומוסיפים את השמן החם לתוך העיסה שהקצפנו. שמים בצד ל-10 דק'. (יש להכין מראש קערה קטנה עם שמן, מברשת, פלטה/תרווד ומגבת נקייה).
3. כאשר המחבת חמה, יוצקים כמצקת אחת מהעיסה, ברגע שהשכבה העליונה יבשה הופכים בעזרת תרווד/ פלטה לצד השני. לחכות כמה שניות.
4. מניחים את הבלניצ'ס המוכן על צלחת הפוכה וממשיכים כך עם שאר הבלילה. בין לבין יש למרוח שמן בעזרת המברשת על המחבת החם.
5. להכנת המילוי: מערבבים את גבינת הנעמן ו-2-3 כפיות של גבינת למריחה, מוסיפים את הפאפיה וצימוקים לפי הטעם. מוסיפים את חלמון הביצה, גרידת הלימון וסוכר ומערבבים היטב עד קבלת עיסה חלקה.
6. ממלאים את הבלניצ'ס: פורשים עלה בליניצ'ס על משטח חלק, מניחים ככף אחת של מילוי, ומגלגלים. מכסים ומכניסים למקרר.
7. ניתן לאכול קר או לחמם על מחבת עם מעט שמן.

40 דקות ⌚

4 servings 4 ⊕