



VIAHEART
LA VIA DEL CUORE
Segui i passi giusti per la tua salute cardiovascolare

LE RICETTE DI **LUCIANO MONOSILIO** PER I PAZIENTI CON *DISLIPIDEMIE*

Cachi E Vaniglia Con Meringa Bruciata



CACHI CON VANIGLIA CON MERINGA BRUCIATA

Ingredienti per 4 persone

Cachi vaniglia maturi 4
meringa all' italiana:
albumi 125
zucchero 200g
acqua 50ml



VIAHEART
LA VIA DEL CUORE
Segui i passi giusti per la tua salute cardiovascolare



Procedimento

Versare in un pentolino 175 g di zucchero e 50 ml d'acqua, mettere sul fuoco e far raggiungere la temperatura di 121 C°.

Versare nella planetaria gli albumi con 25 g di zucchero.

Quando lo sciroppo arriva ad ebollizione iniziare a montare gli albumi e, quando arriva a 121C°, versarlo a filo sugli albumi sempre continuando a montare, fino a quando la massa si sarà completamente raffreddata.

Ora la meringa italiana è pronta per essere usata per decorare dolci, per realizzare semifreddi oppure per essere cotta.

Frullare i cachi e posizionarli in un bicchiere trasparente nel fondo terminare con la meringa sopra a ciuffi e bruciare.