

# Eplegele med vaniljesaus

Her får du oppskriften på en god dessert som inneholder færre kalorier enn mange andre desserter.

**Vaniljesaus** (ca. 10 porsjoner)

## Ingredienser:

- 5 dl lettmeik
- ½ vaniljestang
- 1,5 ss natreen strø
- 1 eggeplomme
- maizena (Maisstivelse)

## Fremgangsmåte:

- Del vaniljestangen på langs og skrap ut frøene.
- Kok opp melk, vaniljestangen, vaniljefrøene og natreen. Ta ut vaniljestangen når det har kokt opp.
- Pisk eggeplommen og hell den varme melkeblandingen i en stråle oppi egget, fortsett å piske hele tiden.
- Kok opp blandingen igjen, og jevn til med maizena utrørt i vann. Mengden maizena varierer etter hvor tykk du vil ha sausen. Kok sausen i ca. 2 minutter.

## Eplegele:

- eplejuice
- gelantin

Følg målene bak på gelantinpakken for mengden gelantin til gele av «vann» (juice).

Fremgangsmåten skal stå bak på pakken.

Ha en smakelig dessert.