



Flødeis med Adosan

Energi og Proteinberiget is

16 personer

Ingredienser

- 6 stk æggeblomme
- 85 g sukker
- 100 g adosan, HøjProtein, SanaCare
- 5 dl piskefløde, fløde 38%
- 300 g frugt puré f.eks. hindbær, jordbær eller mango.
- 85 g sukker

Fremgangsmåde

1. Pisk æggeblomme, den første portion Sukker og Adosan
2. Rør den anden portion sukker sammen med frugtpuré til sukkeret er smeltet
3. Rør frugt puré i æggemassen til massen er jævn
4. Pisk fløden til skum og vend den sammen med æggemassen
5. Hæld i portionsforme og sæt på frost til den er helt indfrosset.
6. Tag isen op 10 minutter før servering

Tip!

I desserter kan Adosan piskes med æggeblommer og sukker eller blandes i fløden og piskes op i skummet. Derudover følges opskriften som vanlig.

| | Pr. portion (75 g) | Pr. 100 g | Energiprocent |
|-----------|--------------------|------------------|---------------|
| Energi | 888 KJ/211 kcal | 1194 KJ/284 kcal | |
| Protein | 8 g | 11 g | 16 E% |
| Kulhydrat | 14 g | 18 g | 26 E% |
| Fedt | 14 g | 19 g | 58 E% |