

# Bezy z kremem z kasztanów jadalnych

Czas ogółem **90 min** 30 min Czas przygotowania **60 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)  
**2812 kJ / 672 kcal**

Tłuszcz: **19 g** Białko: **9 g**  
Węglowodany: **60 g**

## SKŁADNIKI

6 porcj(e/i)

### Bezy:

**4** białka jaj  
**200 g** cukru drobnego  
**1 łyżeczka** skrobi ziemniaczanej  
**1 łyżeczka** soku z cytryny  
**1 szczypta** soli

### Krem z kasztanów:

**400 g** nieugotowanych kasztanów jadalnych  
**40 ml** rumu  
**1** laska wanilii  
**400 ml** mleka  
**2 łyżki** cukru pudru  
**1 łyżka** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman

### Dodatkowo:

**250 ml** śmietanki 36%  
**1 łyżeczka** cukru pudru  
**10 g** czekolady mlecznej, startej  
**2 łyżki** posiekanych orzechów pekan

## PRZYGOTOWANIE

### Krok 1

**4** białka jaj - **200 g** cukru drobnego - **1 łyżeczka** skrobi ziemniaczanej - **1 łyżeczka** soku z cytryny - **1 szczypta** soli

Białka jaj umieść w misie miksera. Ubij na sztywną pianę dodając stopniowo po 1 łyżeczce cukru. Kiedy piana będzie ubita i cukier rozpuszczony, dodaj sok z cytryny i skrobię. Miksuj krótko do połączenia składników.

Pianę przełóż do rękawa cukierniczego i na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia uformuj gniazdko.

Wstaw do piekarnika nagrzanego do 160 st. C i od razu zmniejsz temperaturę do 100 st. C. Piecz bezy przez 1 godzinę.

### Krok 2

**400 g** nieugotowanych kasztanów jadalnych - **40 ml** rumu - **1** laska wanilii - **400 ml** mleka - **2 łyżki** cukru pudru - **1 łyżka** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman

Kasztany natnij na krzyż ostrym nożem. Zalej wrzącą wodą i gotuj 20 minut. Wyjmij kasztany, ostudź i obierz.

Obrane kasztany włóż z powrotem do garnuszka. Zalej mlekiem, dodaj łyżkę cukru pudru, ziarenka laski wanilii i gotuj do miękkości. Przełóż do miksera, dodaj rum, sos sojowy i zmiksuj na gładki krem.

### Krok 3

**250 ml** śmietanki 36% - **1 łyżeczka** cukru pudru - **10 g** czekolady mlecznej, startej - **2 łyżki**

posiekanych orzechów pekan  
Śmietankę ubij z cukrem pudrem na puszystą  
masę.

Na środek każdej bezy nałóż po łyżce kremu  
kasztanowego, na to nałóż bitą śmietanę, posyp  
startą czekoladą i posiekanymi orzechami