

# Recepty



## Jáhlový nákyp

Ingredience

jáhly: **150 g**  
máslo: **60 g**  
mléko: **600 ml**  
vejce: **2 ks**  
moučkový cukr: **50 g**  
vanilkový cukr: **1 ks**  
ovoce dle výběru  
sůl  
tuk na vymazání pekáče

**STUPEŇ ZDRAVOSTI:**

Méně dietní, ale chutné

**Jáhly propláchneme a zbavíme nečistot. Přelijeme vařící vodou a necháme okapat. Přivedeme mléko k varu a vložíme do něj předem připravené jáhly. Přidáme asi třetinu másla, špetku soli a na mírném plameni uvaříme do měkka. Průběžně musíme jáhly míchat. Jakmile jsou jáhly měkké, vypneme sporák a...**

## Jáhlový nákyp - recept

Jáhly propláchneme a zbavíme nečistot. Přelijeme vařící vodou a necháme okapat. Přivedeme mléko

k varu a vložíme do něj předem připravené jáhly. Přidáme asi třetinu másla, špetku soli a na mírném plameni uvaříme do měkka. Průběžně musíme jáhly míchat. Jakmile jsou jáhly měkké, vypneme sporák a necháme vychladnout.

Mezitím si smícháme zbytek másla s cukrem a se žloutky. Našleháme do hladka a promícháme s jáhlami. Nakonec ještě přimícháme tuhý sníh z našlehaných bílků. Promícháme a směsí naplníme vymazaný pekáč do poloviny. Poklademe nakrájeným a očištěným ovocem a pokryjeme další vrstvou jáhlové kaše.

**Jáhlový nákyp** se peče v troubě vyhřáté na 180 °C dozlatova. Na posledních 10 minut pečení ještě jáhlový nákyp posypeme vanilkovým cukrem a necháme zkaramelizovat.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí