

## על חלבונים ומרנג

### כלים וחומרים

- קערה להקצפה
- מטרפת ביצים
- משקל מטבח
- 4 חלבונים
- כוס סוכר
- קורט מלח

### אופן ההכנה

#### הקצפת חלבונים עם סוכר

1. שיקלו שני חלבוני ביצה ושימו אותם בקערה נקייה.
  2. שיקלו סוכר בכמות כפולה ממשקל החלבונים.
  3. התחילו להקציף את החלבונים במהירות נמוכה עם קורט מלח. אפשר לעשות את זה במטרפה ידנית או חשמלית.
  4. כשיתחיל להיווצר קצף, הגבירו את מהירות ההקצפה והוסיפו בהדרגה את הסוכר.
  5. המשיכו להקציף עוד כ-5 דקות עד שיווצר קצף לבן מבריק וסמיך מאוד, שהגבעות העולות ממנו שומרות על צורתן ואינן קורסות.
- \* אם אין ברשותכם משקל מטבח, שימו בקערה 2 חלבונים ומחצית מכמות הסוכר (חצי כוס).

#### הקצפת חלבונים ללא סוכר

1. הקציפו את החלבונים על פי ההוראות.
2. שימו שני חלבוני ביצה בקערה נקייה.
3. התחילו להקציף את החלבונים במהירות נמוכה עם קורט מלח. אפשר לעשות את זה במטרפה ידנית או חשמלית.
4. כשיתחיל להיווצר קצף, הגבירו את מהירות ההקצפה, אך הפעם אל תוסיפו סוכר.
5. המשיכו להקציף עוד כ-5 דקות עד שיווצר קצף לבן, שהגבעות העולות ממנו שומרות על צורתן ואינן קורסות.

#### רוצים להפוך את הקצף לנשיקות מרנג?

1. הזליפו את הקצף בעזרת כפית או שקית זילוף לתבנית אפייה גדולה מכוסה בנייר אפייה או משומנת קלות בחמאה. הנשיקות יכולות להיות בכל גודל ובכל צורה שתרצו.
2. אפו את נשיקות המרנג כשלוש שעות בחום של 110 מעלות.
3. בסיום האפייה כבו את התנור והשאירו את המרנג להצטנן לגמרי בתוכו, בלי לפתוח את דלת התנור.
4. לסיים הוציאו את נשיקות המרנג מהתנור וקלפו אותן בזהירות מנייר האפייה.