



Αρμενοβίλ

45'Χρόνος
Εκτέλεσης**6 ώρες'**Χρόνος
Αναμονής**90'**Χρόνος
Ψησίματος**8-10**

Μερίδες

3Βαθμός
Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

Για τους μπεζέδες

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 90° C στον αέρα.
- Στον κάδο του μίξερ βάζουμε τα ασπράδια, αλάτι και χτυπάμε με το σύρμα σε δυνατή ταχύτητα.
- Προσθέτουμε σε 4 δόσεις την κρυσταλλική ζάχαρη και συνεχίζουμε να χτυπάμε μέχρι να σφίξει η μαρέγκα και λιώσει τελείως η ζάχαρη.
- Προσθέτουμε την άχνη και χτυπάμε σε χαμηλή ταχύτητα για λίγα δευτερόλεπτα για να μην πέσει ο όγκος της μαρέγκας.
- Μεταφέρουμε σε σακούλα ζαχαροπλαστικής και σχηματίζουμε 24 μαρέγκες (2-3 εκ. η καθεμία) σε ένα **ταψί** με λαδόκολλα.
- Ψήνουμε για 1- 1 ½ ώρα για να γίνουν τραγανές εξωτερικά και μαστιχωτές εσωτερικά.

Για τα καραμελωμένα αμύγδαλα

- Τοποθετούμε ένα **τηγάνι** σε μέτρια φωτιά και βάζουμε μια δόση από τη ζάχαρη.
- Μόλις αρχίσει να λιώνει προσθέτουμε τη δεύτερη δόση από τη ζάχαρη και αφήνουμε να λιώσει. Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία για άλλες δύο με τρεις δόσεις.
- Στην τελευταία δόση ανακατεύουμε με μια μαρίζ και βάζουμε μέσα τα αμύγδαλα. Ανακατεύουμε για να καλυφθούν τα αμύγδαλα από την καραμέλα και μεταφέρουμε σε ταψί με λαδόκολλα.
- Αφήνουμε να κρυσώσουν καλά. Προσοχή, δεν ακουμπάμε το μείγμα γιατί καίει πολύ!

Για την κρέμα

- Στον κάδο του μίξερ βάζουμε την κρέμα γάλακτος και χτυπάμε με το σύρμα μέχρι να έχουμε μια σφιχτή σαντιγί. Αφαιρούμε σε μολ και αφήνουμε στην άκρη.
- Στον ίδιο κάδο του μίξερ βάζουμε τη φυτική κρέμα, το ζαχαρούχο γάλα και χτυπάμε με το σύρμα μέχρι να δέσει το μείγμα και γίνει σαντιγί.
- Μεταφέρουμε στο μολ με την σαντιγί από την κρέμα γάλακτος και ανακατεύουμε απαλά με μια μαρίζ για να μην πέσει ο όγκος τους.

Για τη σύνθεση

- Σπάμε με τα χέρια μας 16 μαρέγκες και τις βάζουμε στο μείγμα. Προσθέτουμε τα αμύγδαλα χοντροκομμένα, την κουβερτούρα, το ξύσμα από το πορτοκάλι, τη βανίλια και ανακατεύουμε απαλά με μια μαρίζ.
- Απλώνουμε διάφανη μεμβράνη σε μια **φόρμα 10x35 εκ.** απλώνουμε μέσα όλο το μείγμα. Καλύπτουμε με μεμβράνη και χτυπάμε ελαφρά τη φόρμα στον πάγκο εργασίας μας ώστε φύγει όλος ο αέρας και να καλυφθούν τυχόν κενά.
- Μεταφέρουμε στην κατάψυξη μέχρι να παγώσει καλά.
- Λιώνουμε την υπόλοιπη κουβερτούρα σε μπεν μαρί και απλώνουμε πάνω από το παγωμένο γλυκό.
- Στολίζουμε με τις υπόλοιπες μαρέγκες και σερβίρουμε.

Συστατικά

Για τους μπεζέδες

- 60 γρ. ασπράδια
- 1 πρέζα αλάτι
- 60 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 60 γρ. ζάχαρη άχνη

Για τα καραμελωμένα αμύγδαλα

- 50 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 100 γρ. αμύγδαλα, καβουρδισμένα

Για την κρέμα

- 300 γρ. κρέμα γάλακτος 35%, παγωμένη
- 300 γρ. φυτική κρέμα, παγωμένη
- 400 γρ. ζαχαρούχο γάλα
- 100 γρ. κουβερτούρα, ψιλοκομμένη
- Ξύσμα πορτοκαλιού, από 1 πορτοκάλι
- 1 κ.γ. [εγκύλισμα βανίλιας](#)

Για τη σύνθεση

- 100 γρ. κουβερτούρα, λιωμένη

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

| | | | |
|---------------------------|--------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 516 Θερμίδες (kcal) | 30.0 Λιπαρά (γρ.) | 14.0 Κορ.Λίπη (γρ.) | 51.0 Υδατ/κες (γρ.) |
| 26% | 43% | 70% | 20% |
| 50.0 Σάκχαρα (γρ.) | 8.5 Πρωτεΐνη (γρ.) | 2.8 Φυτικές Ίνες (γρ.) | 0.23 Αλάτι (γρ.) |
| 56% | 17% | 11% | 4% |