



# Κανταΐφι με κρέμα

**40'**Χρόνος  
Εκτέλεσης**60'**Χρόνος  
Ψησίματος**10-12**

Μερίδες

**2**Βαθμός  
Δυσκολίας

## Συστατικά

Για το σιρόπι

- 500 ml νερό
- 800 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- φλούδες λεμονιού, από 1 λεμόνι
- 1 στικ κανέλα

Για το κανταΐφι

- 1 λίτρο γάλα, 3,5%
- 200 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 1 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)
- ξύσμα λεμονιού, από 1 λεμόνι
- 200 γρ. αβγά
- 110 γρ. σιμιγδάλι, ψιλό
- 150 γρ. βούτυρο, για την κρέμα
- 150 γρ. βούτυρο, για το φύλλο
- 400 γρ. κανταΐφι

## Μέθοδος Εκτέλεσης

Για το σιρόπι

- Σε μια κατσαρόλα σε μέτρια προς δυνατή φωτιά βάζουμε το νερό, τη ζάχαρη, το στικ κανέλας, και τις φλούδες λεμονιού.
- Φέρνουμε σε σημείο βρασμού και όταν λιώσει η ζάχαρη αποσύρουμε και αφήνουμε να κρυσώσει.

Για το κανταΐφι

- Σε μια κατσαρόλα βάζουμε το γάλα, τη ζάχαρη, το εκχύλισμα βανίλιας και το ξύσμα λεμονιού.
- Τοποθετούμε σε χαμηλή φωτιά ανακατεύοντας με ένα σύρμα για να μην κολλήσει το μείγμα και το αφήνουμε να φτάσει σε σημείο βρασμού.
- Παράλληλα τοποθετούμε τα αβγά μέσα σε ένα μπολ και τα ανακατεύουμε με το σύρμα ώστε να σπάσουν. Προσθέτουμε το σιμιγδάλι και ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν.
- Στη συνέχεια με τη βοήθεια μιας κουτάλας παίρνουμε λίγο από το ζεστό γάλα και το ρίχνουμε στο μείγμα των αβγών ανακατεύοντας συνεχώς. Προσθέτουμε λίγο-λίγο το γάλα κι όταν πάρει θερμοκρασία το μείγμα το ρίχνουμε στο κατσαρολάκι και ανακατεύουμε σε μέτρια φωτιά μέχρι να σφίξει η κρέμα.
- Όταν σφίξει η κρέμα την αφαιρούμε από τη φωτιά και προσθέτουμε το βούτυρο κομμένο σε κύβους και ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει.
- Τοποθετούμε την κρέμα σε ένα μπολ και σκεπάζουμε με μεμβράνη ώστε να εφάπτεται πάνω στην επιφάνεια της κρέμας για να μην κάνει κρούστα. Αφήνουμε στην άκρη.
- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Βάζουμε το κανταΐφι σε ένα μπολ και με τα δάχτυλά μας το ανοίγουμε ώστε να αφρατέψει καλά και να μην έχει κόμπους.
- Βουτυρώνουμε ένα ταψί 20x30 εκ. και στρώνουμε το μισό κανταΐφι στον πάτο του ταψιού σε όλη την επιφάνεια σε πάχος 3 εκ.
- Από πάνω ρίχνουμε το μισό λιωμένο βούτυρο με τη βοήθεια ενός πινέλου, το απλώνουμε σε όλη την επιφάνεια και ψήνουμε για 15-20 λεπτά.
- Το αποσύρουμε από τον φούρνο και αφήνουμε να κρυσώσει. Αφού κρυσώσει το κανταΐφι απλώνουμε από πάνω την κρέμα σιμιγδαλιού σε όλη την επιφάνεια και καλύπτουμε με το υπόλοιπο κανταΐφι.
- Χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία του φούρνου στους 170° C στον αέρα.
- Αλείφουμε με το υπόλοιπο λιωμένο βούτυρο και ψήνουμε για 35-40 λεπτά.
- Όταν ψηθεί το γλυκό έτσι όπως είναι ζεστό ακόμα ρίχνουμε το κρύο σιρόπι.
- Το αφήνουμε να τραβήξει και να κρυσώσει καλά.
- Σεβίρουμε με αμύγδαλο φιλέ καβουρδισμένο ή τριμμένο φιστίκι.

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

656 Θερμίδες (kcal)	17.0 Λιπαρά (γρ.)	10.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	119.0 Υδατ/κες (γρ.)
33%	24%	50%	46%
87.0 Σάκχαρα (γρ.)	7.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.1 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.25 Αλάτι (γρ.)
97%	14%	4%	4%