



# Lamingtons

15'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

20'

Χρόνος  
Ψησίματος

12

Μερίδες

1

Βαθμός  
Δυσκολίας

## Μέθοδος Εκτέλεσης

Τα lamingtons ή χιονούλες είναι το παραδοσιακό γλύκισμα της Αυστραλίας. Αφράτο κέικ κομμένο σε τετράγωνα κομμάτια, με γέμιση από μαρμελάδα και καλυμμένο με σοκολάτα και καρύδα τριμμένη. Φημολογείται ότι πήραν το όνομά τους από τον λόρδο Λάμιγκτον που κυβέρνησε στο Queensland για 5 χρόνια και η εφεύρεση του γλυκού έγινε από τον, γαλλικής καταγωγής, σεφ του λόρδου προς τιμήν του.

Για το κέικ

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 160° C στον αέρα.
- Στον κάδο του μίξερ βάζουμε το βούτυρο, τη ζάχαρη και χτυπάμε 4-5 λεπτά μέχρι να αφρατέψει το μείγμα.
- Στη συνέχεια προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά. Περιμένουμε να απορροφηθεί το ένα για να προσθέσουμε το επόμενο.
- Αφαιρούμε τον κάδο, προσθέτουμε το γάλα, το εκχύλισμα βανίλιας και ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν τα υλικά.
- Στη συνέχεια, προσθέτουμε το αλεύρι και ανακατεύουμε μέχρι να αναμειχθούν τα υλικά.
- Βουτυραλευρώνουμε ένα **ταψί 30x40 εκ.**, στρώνουμε μία λαδόκολλα και βάζουμε μέσα το μείγμα. Απλώνουμε με μία μαρίζ ώστε να καλύψει όλη την επιφάνεια του ταψιού.
- Ψήνουμε για 20 λεπτά σε υψηλή σχάρα. Αφαιρούμε και αφήνουμε 30 λεπτά να κρυώσει.
- Αφαιρούμε το κέικ από το ταψί, το γυρίζουμε από την άλλη πλευρά και αφαιρούμε τη λαδόκολλα.
- Απλώνουμε τη μαρμελάδα με ένα πινέλο ώστε να καλύψει όλη την επιφάνεια του κέικ.
- Κόβουμε με ένα **μαχαίρι** τις άκρες και στη συνέχεια το κόβουμε στη μέση κατά μήκος της μικρής πλευράς.
- Βάζουμε το ένα κομμάτι πάνω από το άλλο με τη μαρμελάδα ανάμεσα και κόβουμε σε 12 κομμάτια.
- Στο τέλος θα έχουμε 12 'σάντουιτς'.

Για τη σάλτσα

## Συστατικά

Για το κέικ

- 120 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
- 250 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 3 αυγά
- 100 γρ. γάλα
- 1 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)
- 250 γρ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 100 γρ. [μαρμελάδα φράουλα](#)

Για τη σάλτσα

- 80 γρ. κακάο
- 100 γρ. ζάχαρη άχνη
- 200 γρ. νερό, βραστό
- 20 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
- 1 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)

Για το σερβίρισμα

- 200 γρ. καρύδα, τριμμένη

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

477 Θερμίδες (kcal)	24.0 Λιπαρά (γρ.)	17.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	56.0 Υδατ/κες (γρ.)
24%	34%	85%	22%
40.0 Σάκχαρα (γρ.)	6.6 Πρωτεΐνη (γρ.)	7.2 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.09 Αλάτι (γρ.)
44%	13%	29%	2%

- Σε ένα **μπολ** βάζουμε το κακάο, τη ζάχαρη άχνη, το νερό, το βούτυρο, το εκχύλισμα βανίλιας και ανακατεύουμε με ένα σύρμα χειρός μέχρι να διαλυθεί το κακάο.

Για τη σύνθεση

- Παίρνουμε το ένα κεκάκι και το βουτάμε στο μείγμα με το κακάο.
- Στη συνέχεια, το βάζουμε στο μπολ με την καρύδα φροντίζοντας να καλυφθεί όλη η επιφάνειά του.
- Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία για όλα τα lamingtons και σερβίρουμε.