



Μουχαλεμπί

10'

Χρόνος
Εκτέλεσης

2 ώρες'

Χρόνος
Αναμονής

10'

Χρόνος
Ψησίματος

6

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Σε ένα κατσαρολάκι βάζουμε το γάλα, το κορν φλάουρ, τη βανίλια και ανακατεύουμε καλά.
- Τοποθετούμε το κατσαρολάκι σε μέτρια φωτιά και το αφήνουμε μέχρι να αρχίσει να βράζει ανακατεύοντας συχνά.
- Χαμηλώνουμε τη φωτιά και προσθέτουμε τη ζάχαρη. Συνεχίζουμε το βράσιμο για άλλα 10 λεπτά.
- Ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει η ζάχαρη και να πάρουμε μια ωραία κρέμα.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά, προσθέτουμε το ροδόνερο και ανακατεύουμε λίγο ακόμα.
- Μοιράζουμε την κρέμα σε μπαλάκια, αφήνουμε λίγο να κρυώσει και την τοποθετούμε στο ψυγείο να παγώσει.
- Σερβίρουμε με ψιλοκομμένο φιστίκι Αιγίνης.

Συστατικά

- 1.200 γρ. γάλα φρέσκο
- 70 γρ. κορν φλάουρ
- 1 κ.γ. εκχύλισμα βανίλιας
- 100 γρ. ζάχαρη
- 2 κ.σ. ροδόνερο

Για το σερβίρισμα

- 150 γρ. φιστίκια Αιγίνης

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

392 Θερμίδες (kcal)	21.2 Λιπαρά (γρ.)	6.5 Κορ.Λίπη (γρ.)	37.2 Υδατ/κες (γρ.)
20%	30%	32%	14%
26.8 Σάκχαρα (γρ.)	12.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.3 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.22 Αλάτι (γρ.)
30%	24%	9%	4%