Roláda s marmeládou a kokosem

Obtížnost: ▫▫▫▫▫

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 45min , Porce: **8**

794 kalorií , **2 g** cukrů , **29 g** tuků , **34 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: https://srecepty.cz/rolada-s-marmeladou-a-kokosem

Příprava

Plech vyložíme papírem na pečení. Bílky oddělíme od žloutků. Do bílků dáme špetku soli a 3 lžíce studené vody. Mouku smícháme s pudinkovým práškem a kokosem.

Vyšleháme bílky, poté zašleháme cukr, žloutky a sypkou směs. Těsto vylijeme na připravený plech, povrch urovnáme a vložíme do předehřáté trouby na 200°C a pečeme asi 10 minut.

Upečený plát překlopíme na plochu poprášenou moučkovým cukrem a stáhneme papír. Roládu ihned potřeme pikantní marmeládou a posypeme kokosem. Roládu stočíme, pocukrujeme a dáme vychladit. Studenou nakrájíme.

Ingredience

- 5 vajec
- 3 lžíce studené vody
- 1 špetka soli
- 1 sáček pudinkového karamelového prášku
- 2 lžíce hladké mouky
- 2 lžíce kokosové moučky
- 5 lžic moučkového cukru
- ovocná marmeláda
- 125 ml kokosové moučky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Obiloviny, těstoviny a rýže, Zavařeniny, Jídlo na každý den, Rodina, Moučník