

# Lody waniliowe

Domowe lody waniliowe? Nic prostszego, ale pod warunkiem, że masz maszynkę do lodów. Zrobisz je w 30 minut.

---

## SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

## CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 minut

## LICZBA PORCJI:

1,7 litra

---

## SKŁADNIKI:

2 szklanki mleka  
150 g cukru  
1/8 łyżeczki soli  
2 jajka, roztrzepane  
400 ml śmietany kremówki  
2 łyżki esencji waniliowej  
kolorowa posypka, do dekoracji

## PRZYGOTOWANIE:

1) Podgrzać mleko w rondlu. Rozpuścić w nim cukier i sól. Wlać niewielką ilość mleka do jajek, wymieszać. Przełać jajka do rondla.

- 2) Gotować na małym ogniu, cały czas mieszając, aż masa zacznie się przyklejać do metalowej łyżki.
- 3) Zdjąć rondel z ognia. Wstawić na 2 minuty do naczynia z zimną wodą. Dodać śmietanę i esencję waniliową, wymieszać. Przykryć folią spożywczą. Wstawić na kilka godzin do lodówki.
- 4) Napełnić kremem maszynkę do lodów do 2/3 wysokości i zamrażać zgodnie z instrukcją podaną przez producenta.
- 5) Wstawić lody na 2–4 godziny do zamrażalnika. Podawać w pucharkach. Dekorować posypką.

#### **WARTOŚCI ODŻYWCZE:**

1 porcja zawiera: 227 kcal, 17 g tłuszczów (w tym 10 g NKT), 95 mg cholesterolu, 70 mg sodu, 16 g węglowodanów, 0 g błonnika, 3 g białka