

L'OMNICUISEUR Vitalité®

Facile, sain et savoureux... au quotidien !



Difficulté : facile



Pour 15 petites meringues



Durée totale : 40 min



Temps de préparation : 10 min



Temps de cuisson : 30 min

Matériel :

Vitalité 6000 et sa cocotte de base
+ la grille position basse

Ingrédients :

- 1 blanc d'œuf (température ambiante)
- 60 g de sucre semoule
- 3 gouttes de jus de citron
- 1 feuille de papier sulfurisé

Cuisson : 30 min

Inversion à 15 min

HAUT : mini

BAS : mini

Attente : refroidissement complet
de la cocotte (une bonne heure)

Les temps de cuisson du Vitalité 6000 et du Vitalité 5000 sont quasi-similaires. Pour adapter le Vitalité 6000 au 4000, les quantités sont à réduire de moitié. Les temps de cuisson sont similaires. Les recettes du V4000 sont réalisables avec le V3000 car ils ont la même puissance, en revanche le plat du V3000 est légèrement plus petit.

Meringues

■ Battez le blanc en neige avec 3 gouttes de jus de citron ou une pincée de sel.

■ Quand le blanc est bien ferme, incorporez le sucre en 3 fois.

■ Disposez une feuille de papier cuisson sur la grille position basse et à l'aide d'une poche à douille ou de 2 cuillères à café, déposez 15 petits tas espacés les uns des autres (voir photo).

■ **Important :** mettez en cuisson en mettant le couvercle légèrement de côté, (voir photo) de façon à laisser échapper la moindre vapeur qui pourrait se former.

Remarques sur la cuisson des meringues :

Le principe de la cuisson des meringues, est de les faire sécher sans qu'elles soient trop cuites sur le dessus et le dessous. C'est pourquoi la cuisson se fait **cocotte entrouverte** pour éviter toute humidité.

