- Merengues keto -

INGREDIENTES

4 claras de huevo grandes (a temperatura ambiente)

De 1 a 1/2 taza de stevia líquida (dependiendo de qué tan dulces se quieran)

Colorante alimentario en gel

Sprinkles de colores sin azúcar

Un chorrito de Vainilla Molina

PROCEDIMIENTO

1. Forra una bandeja para hornear con papel pergamino y precalienta el horno a 110 °C / 230 ° F.

2. Con una batidora eléctrica, bate las claras de huevo a velocidad media durante 2 minutos. Sube gradualmente la velocidad a alta.
3. Agrega el endulzante y el chorrito de Vainilla Molina
4. Cuando la mezcla forme picos firmes, separa en bowls para darle color.
5. Agrega una pequeña cantidad de colorante en gel comestible y mezcla bien para integrar el color.
6. Con ayuda de una manga pastelera, coloca una porción de merengue en la bandeja.
7. Agrega sprinkles y hornea por 15 minutos.
8. Baja la temperatura del horno a 90 °C / 200 °F y hornea por 45 minutos más.
9. Apaga el horno y deja los merengues una hora dentro del horno para que se sequen.
10. Retira y guarda en un refractario.