הכמויות מיועדות להכנת 12 מנות. 53 קלוריות למנה.

רכיבים:

למרנג:

4 חלבונים בטמפרטורת החדר

½ כפית אבקת קרם טרטר או מעט מלח

¾ כוס אבקת סוכרזית

1 כפית תמצית וניל

לקרם:

1 כוס מיץ תפוזים

1 כוס קורנפלור

1 כף ליקר בטעם תפוזים (כמו קואנטרו)

למילוי:

1 ק"ג פירות טריים חתוכים : תותים, ענבים, נקטרינות, אננס, משמשים, תאנים

אופן ההכנה:

1. בקערת המיקסר טורפים את החלבונים עם קרם הטרטר עד שמתקבל קצף רך. מוסיפים את הסוכרלייט בכמה פעמים , מקציפים עד שמתקבל קצף יציב ומבריק. טורפים פנימה את הוניל.

2. מרפדים בנייר אפייה תבנית אפייה גדולה או 2 רגילות. בעזרת 2 כפות מעבירים את הקצף לתבנית, ב-12 "גבעות". בעזרת כף יוצרים בור במרכז כל מרנג.

3. אופים שעה וחצי בתנור בחום נמוך, 120 מעלות, עד שהמרנגים יציבים ומעט זהובים. מכבים את התנור ומשאירים את התבניות שעה נוספת בתנור.

4. בסיר קטן מביאים לרתיחה על אש בינונית ¾ כוס מיץ תפוזים. בקערית קטנה מערבבים את המיץ הנותר עם הקורנפלור, מוסיפים למיץ הרותח, מנמיכים את האש ומבשלים תוך בחישה, עד שהתערובת מסמיכה. מסירים מהאש ומוסיפים את הליקר.

5. לפני ההגשה ממלאים את המרנגים בפירות טריים ומזליפים מעל את קרם התפוזים. מגישים מיד.

6. אם מכינים את המרנג מראש, מעבירים אותם לכלי שנסגר היטב, הם נשמרים זמן ממושך.