



Spumini (Meringhe)

Gli spumini sono piccoli e squisiti dolcetti, meglio conosciuti con il nome di meringhe, perfetti per i fine pasto, magari accompagnati da una tazzina di caffè!



[Stampa ricetta](#)

Ricetta Spumini (Meringhe)

Dolce senza lattosio

Preparazione	30 min
Cottura	2 h
Tempo totale	2 h 30 min

Portata: Dolci

Cucina: Italiana

Keyword: dessert, meringhe, Senza Lattosio

Difficoltà: media

Costo: basso

Porzioni: 4 persone

Ingredienti

- 2 albumi a temperatura ambiente
- 100 g zucchero semolato

Istruzioni

1. In una ciotola di vetro monta gli albumi a neve fermissima con l'aiuto dello sbattitore elettrico. Aggiungi, man mano, lo zucchero semolato fino ad esaurimento. Gli albumi saranno pronti dopo circa 20 minuti (per essere sicuri della riuscita fai il test del cucchiaino che deve rimanere in piedi).



2. Versa il composto in un sac a poche con una bocchetta dentata e forma gli spumini direttamente su una teglia ricoperta di carta forno. Cuoci in forno caldo 120 gr. per circa 2 ore tenendo lo sportello semi aperto (aiutati con il manico di un cucchiaio di legno).



3. Lascia raffreddare le meringhe nel forno spento (meglio prepararle la sera prima). Ecco pronti gli spumini da servire in tavola.

Buon appetito...

Ugo Picia

[Read More](#)
