

Eclairs med fyld af bær og citroncreme



 45 min.  146 kcal  SteviaSweet Crystal

Fremgangsmåde

Kom ingredienserne til citronfyldet på en pande og fordel massen jævnt. Opvarm blandingen på komfuret under konstant omrøring. Lad det koge lidt i få minutter, indtil massen begynder at tykne. Tag panden af varmen og lad det køle af.

Forvarm ovnen til 200°C.

Kom mælk og smør på panden. Bring det hele i kog. Tilsæt mel. Rør rundt, indtil blandingen er jævn og løsner sig fra pandens kant. Tag panden af komfuret og lad det køle af. Tilsæt æggene et ad gangen og pisk dem godt med håndmixeren. Hæld blandingen ned i en sprøjtepose. Sprøjt 10 lige lange (6 - 7 cm) strimler på en bageplade beklædt med bagepapir. Bag dem på midterste rille i ca. 20-25 minutter eller indtil eclairs'ne er gyldenbrune. Du må ikke åbne ovnen under bagningen.

Når de bagte eclairs er kølet af, skæres de igennem på langs og fyldes med citroncreme og pyntes med bærrene.

Ingredienser til 10 portioner

Fyld

1 1/2 dl	fløde 38 %
1	æg
1 1/2 spsk	majsstivelse
25 g	SteviaSweet Crystal
1/4 tsk	vaniljepulver
1 tsk	revet citronskal

Eclairs

3/4 dl	mælk
40 g	smør
50 g	hvedemel
2	æg

Til servering

400 g	friske bær (f.eks. jordbær, hindbær, blåbær eller ribs)
-------	---

Næringsværdi per portion

146	kcal
616	kJ
3.5	Protein i g
9	Kulhydrater i g
11	Fedt i g