



# BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

## ÆBLESKIVER

### INGREDIENSER:

Ca. 40 stk.

6 æggeblommer  
2 spsk. sukker  
2 ½ dl soja cuisine (mælkefri madlavningsfløde)  
2 ½ dl soja- eller risdrik  
30 g gær  
400 g hvedemel  
125 g margarine (mælkefri)  
Skal af 1 økologisk citron  
1 tsk. kardemomme  
6 æggehvider



### SÅDAN GØR DU:

Pisk æggeblommer med sukker med elpisker.

Lun soja- eller risdrik og soja cuisine sammen med margarinen, afkøl til det er fingervarmt.

Gæren udrøres heri, hvorefter det kommes i ægge-sukkeret.

Mel og kardemomme sigtes i og røres forsigtigt rundt.

Tilsæt derefter revet citronskal.

Pisk til sidst æggehviderne stive og vend dem forsigtig i resten. Det er en tyk dej.

Hæver i ca. 20 min., hvorefter æbleskiverne bages på en æbleskivepande.

Æbleskiverne kan fryses.