

Jarl & Jettes opskriftkort

GUF

Dette er rigtig godt tilbehør til is, det er samtidig diabetikervenligt, man kan i dag få diabetiker is fra ISIS der forhandles både i Dansk Supermarked og COOP samt Super Best, og dette tilbehør forhøjer altså ikke blodsukkeret.

3 æggehvider

90 g Perfect Strø

**5 spsk. koncentreret jordbærsaft – ikke tilsat sukker
(blandingsforhold 1 : 5)**

Det kan også være Solbærsaft – ikke tilsat sukker

**3 æggehvider piskes stift til skum der tilsættes ca 90 gr.
strø og lidt jordbærsaft (Light) eller solbærsaft (Light)**