**ΜΑΡΕΓΚΑ**

Η μαρέγκα είναι από τα βασικότερα παρασκευάσματα της ζαχαροπλαστικής το οποίο προκύπτει από το χτύπημα του ασπραδιού του αυγού (και της διόγκωσής τους) με προσθήκη ζάχαρης (κρυσταλλικής, άχνης, σιρόπι κλπ.). Επίσης μπορούμε να προσθέσουμε και άλλα υλικά, ανάλογα την παρασκευή για την οποία θέλουμε να τη χρησιμοποιήσουμε π.χ. βανίλια, χυμό λεμονιού, κρεμόριο, κάποια αρωματική ουσία, χρωστική κλπ.

**ΤΥΠΟΙ ΜΑΡΕΓΚΑΣ**

* **Γαλλική Μαρέγκα.**  Χρησιμοποιούμε 115 γρ. ζάχαρη για 2 ασπράδια αυγού. Χτυπάμε τα ασπράδια με το σύρμα μέχρι να σφίξουν ελαφρώς, ενώ προσθέτουμε σιγά-σιγά τη ζάχαρη. Χρησιμοποιούμε για τη διαμόρφωση γλυκισμάτων και για στέγνωμα μέσα στο φούρνο ή για ποσάρισμα.
* **Ελβετική Μαρέγκα.** Χρησιμοποιούμε 125 γρ. ζάχαρη για 2 ασπράδια αυγού. Χτυπάμε τα ασπράδια και τη ζάχαρη σε ένα μπολ σε ζεστό μπεν μαρί. Φροντίζουμε να γυρνάμε το μπολ για να έχουμε ομοιόμορφα αποτελέσματα. Αυτή τη μαρέγκα μπορούμε να τη χρησιμοποιήσουμε για προετοιμασία για διακόσμηση που ψήνεται στο φούρνο.
* **Ιταλική Μαρέγκα ή Κιγιέ.** Φτιάχνουμε ένα σιρόπι με 250 γρ. ζάχαρη και 60 γρ. νερό. Βράζουμε το μίγμα, μέχρι να γίνει petit boule (116-118 βαθμούς). Σταματάμε το βρασμό σ αυτή τη θερμοκρασία , βουτώντας τον πάτο της κατσαρόλας σε κρύο νερό. Χτυπάμε τα ασπράδια 5 αυγών μέχρι να σφίξουν και προσθέτουμε το σιρόπι σιγά-σιγά χτυπώντας συνέχεια. Αυτή η μαρέγκα είναι σφιχτή και γυαλιστερή. Χρησιμοποιούμε για διακόσμηση με τη σακούλε κορνέ, σαν φινίρισμα που μπορεί να τη ροδισέτε με το καμινέτο ή για να κάνετε πιο αφράτη μους.

**ΠΑΒΛΟΒΑ.  
Υλικά** : Για τη μαρέγκα : 4 ασπράδια, 220γρ. ζάχαρη, 2 κ.γ. χυμό λεμονιού, ½ κ.γ. υγρή βανίλια, 2 κ.γ. κορν φλάουρ  
Για τη σαντιγί : 200γρ. κρέμα γάλακτος, 1 κ.σ. ζάχαρη άχνη, φρούτα της επιλογής μας.

**Εκτέλεση** : Καθαρίζουμε καλά το μπολ του μίξερ και το εξάρτημα που θα χτυπήσουμε την μαρέγκα. Βάζουμε τα ασπράδια στον κάδο του μίξερ και χτυπάμε σε αργή ταχύτητα μέχρι σπάσουν τα ασπράδια και να βγάλουν φουσκάλες. Στη συνέχεια χτυπάμε στη δυνατή ταχύτητα. Μόλις αρχίζει να σφίγγει η μαρέγκα, χαμηλώνουμε ταχύτητα και προσθέτουμε σιγά σιγά τη ζάχαρη. Αφού βάλουμε τη ζάχαρη, συνεχίζουμε το χτύπημα στο δυνατό μέχρι να σφίξει η μαρέγκα. Σταματάμε την ανάδευση και προσθέτουμε τον χυμό λεμονιού και την βανίλια. Ανακατεύουμε σε μέτρια ταχύτητα μέχρι να ενσωματωθούν τα υλικά. Σταματάμε την ανάδευση και προσθέτουμε το κορν φλάουρ. Ανακατεύουμε απαλά με ένα κουτάλι μέχρι να ενσωματωθεί. Μεταφέρουμε τη μαρέγκα σε ταψί με λαδόκολλα. Δίνουμε στρόγγυλο σχήμα και κάνουμε στη κορυφή μια λακούβα. Ισιώνουμε τα πλαϊνά και δίνουμε σχήμα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 130 βαθμούς αέρα για 10 λεπτά. Στη συνέχεια χαμηλώνουμε στους 100 και ψήνουμε για άλλα 90 λεπτά. Σβήνουμε το φούρνο και αφήνουμε μέσα τη μαρέγκα μέχρι να κρυώσει ο φούρνος χωρίς να τον ανοίξουμε. Για τη σαντιγί, χτυπάμε την κρέμα γάλακτος με τη ζάχαρη μέχρι να σφίξει. Αφού κρυώσει η πάβλοβα, ανοίγουμε λίγο την κορυφή και βάζουμε τη μισή σαντιγί. Βάζουμε λίγα φρούτα, την υπόλοιπη σαντιγί και μερικά φρούτα ακόμα. Πασπαλίζουμε με λίγο άχνη και σερβίρουμε το γλυκό κρύο!!