

BÖ Rezept des Monats
***“Rhabarber-Erdbeer-
Kuchen“***
Mai 2024



Zutaten:

300 g Weizenmehl Typ 700, 100 g Vollkornmehl, 200 g Staubzucker, 6 Eier, 180 g zimmerwarme Butter, 250 – 300 ml Milch, 1 Packung Weinsteinbackpulver, 1 Packung Vanillezucker, 500 g Erdbeeren, ca. 350 – 400 g Rhabarber

Zubereitung:

Den Rhabarber waschen, schälen, dicke Stangen halbieren und klein schneiden. Danach die Erdbeeren ebenfalls kurz waschen, putzen und in gleich große Stücke schneiden. Anschließend beides mit einem Packerl Vanillezucker in einer Schüssel vermischen. Für den Teig die Eier vorsichtig trennen und das Eiklar zu einem festen Schnee schlagen. In einer Schüssel die weiche Butter mit dem Zucker schaumig rühren, bis die Masse hell und cremig ist, nun werden nach und nach die Dotter eingearbeitet. Jetzt noch die beiden Mehlsorten mit dem Backpulver vermengen und abwechselnd mit der Milch hinzufügen und einrühren. Zum Schluss den Eischnee vorsichtig mit einem Schneebesen unterheben. Die Masse auf ein befettetes und bemehltes Blech streichen und mit dem würfelig geschnittenen Obst gleichmäßig belegen. Im vorgeheizten Backrohr bei 190 Grad Ober/Unterhitze ca. 35-40 Minuten backen.

20 Stück: pro Stück ca. 225 kcal/ 6 g EW/ 10 g Fett/ 27 g KH = ca. 2,5 KE

Gutes Gelingen wünscht Ihnen Regina Gattinger!

Diätologin in der PVE Böheimkirchen