

Rüblitorte: saftiger Karottenkuchen ohne Mehl

Zutaten:

für 12 Stücke, Springform ø 24 cm

- 5 Eigelb
- 300 g Zucker
- 2 Bio-Zitronen
- 300 g ungeschälte, geriebene Mandeln
- 300 g Karotten
- 75 g Maisstärke
- 1 TL gemahlener Zimt
- 1 Prise gemahlene Vanille
- 10 g Backpulver
- 5 Eiweiß
- Puderzucker zum Bestäuben



Zubereitung:

Den Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen.

Teig zubereiten

Karotten waschen, schälen und fein reiben. Die Zitronen heiß abwaschen und die Schale dünn abreiben.

Die Eigelbe mit 200 g des Zuckers sehr schaumig schlagen, Zimt und Vanille zugeben. Die Karotten, Mandeln und die Zitronenschale vorsichtig unterrühren. Maisstärke mit dem Backpulver mischen, sieben und unter die Eigelbmasse rühren.

Die Eiweiße sehr steif schlagen, dabei die restlichen 100 g Zucker einrieseln lassen. Den Eischnee vorsichtig unterheben.

Karottenkuchen backen

In die gefettete Springform füllen und bei 180 °C ca. 50-60 Minuten backen.

Stäbchenprobe machen, am Holzstäbchen darf kein flüssiger Teig haften.

Die Torte vorsichtig aus der Form lösen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen, am besten einen ganzen Tag lang.

Vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben, nach Belieben garnieren und genießen!

Nährstoff- und Fettgehalt:

Pro Stück: 307 kcal; 15 g Fett, 33 g KH, 2,5 BE, 9 g Protein

Das Team von Pankreatan® wünscht Ihnen guten Appetit!

