

Dicke Torte ganz schlank: Leichte Low-Carb Donauwelle

VORBEREITEN

60
Min.

ZUBEREITEN

25
Min.

NIVEAU



Zutaten für 6 Stücke

Für den Teig

6 Eier
100 g Mandelmehl
80 g Xylit-Zucker (z.B. Xucker)
1 Esslöffel Kakao
1/2 Glas ungesüßte Sauerkirschen
1 Päckchen Backpulver

Für die Buttercreme

400 ml Sahne
300 ml Milch
4 Eier
1 Teelöffel Johannisbrotkernmehl
2 Teelöffel Vanilleextrakt
2 Esslöffel Xylit-Zucker (z.B. Xucker)
250 g Butter

Für die Glasur

50 g Zartbitterschokolade
2 Esslöffel Pflanzenöl

Besonderes Zubehör

Backform (23 cm x 23 cm)

Omas Bestem. Zartes Mandelmehl sorgt hier für ein Minimum an Kohlenhydraten. Und keine Sorge: eine Low-Carb Donauwelle ist genauso hübsch anzuschauen wie das Original.

Wie du Low-Carb Kuchen backst, die nicht nach nichts schmecken, erfährst du hier.

- 1 -

Backofen auf 180 °C vorheizen. Backform einfetten.

- 2 -

Für den Teig Eier mit Xylit-Zucker schaumig schlagen. Mandelmehl mit Backpulver vermengen und unter die Ei-Masse heben.

- 3 -

Teig in zwei Hälften teilen. Kakao unter eine Teighälfte rühren. Hellen Teig in die Backform geben und dunklen Teig darauf verstreichen. Kirschen auf dem Teig verteilen. Im heißen Ofen 20 - 25 Minuten backen, auskühlen lassen.

- 4 -

Für die Buttercreme Sahne mit Eiern und Johannisbrotkernmehl verrühren. Milch mit Vanilleextrakt und Xylit-Zucker aufkochen. Sahne-Mischung unterrühren und erneut kurz aufkochen. Vom Herd nehmen, Pudding auskühlen lassen.

- 5 -

Butter cremig schlagen und Pudding esslöffelweise unterrühren. Creme auf dem Kuchen verstreichen, 30 Minuten kaltstellen.

- 6 -

Schmeckt gar nicht nach Diät, sondern vielmehr nach

Dicke Torte ganz schlank: Leichte Low-Carb Donauwelle

Für die Glasur Schokolade mit Pflanzenöl über einem Wasserbad schmelzen und auf dem Kuchen verteilen, kaltstellen.