

Low Carb Zitronen-Tassenkuchen ohne Mehl

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

2
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Portion

Für den Kuchen

1 Ei
3 Esslöffel Öl
2 Esslöffel Xucker
1 Prise(n) Salz
1/2 Teelöffel Backpulver
1/2 Bio Zitrone
2 Esslöffel Mandelmehl
2 Esslöffel Kokosmehl

Für das Topping

100 ml Sahne

Besonderes Zubehör

Tasse (ca. 0,3 l Fassungsvermögen)
Mikrowelle

- 1 -

Für den Kuchen Zitrone waschen, Saft auspressen und Schale abreiben. Ei mit 2 EL Öl, Xucker, Salz, Backpulver, 2 EL Zitronensaft und der Hälfte des Zitronenabriebs verquirlen. Mandel- und Kokosmehl nach und nach unterrühren.

- 2 -

Tasse mit restlichem Öl einfetten. Teig einfüllen und in der Mikrowelle bei 800 Watt 1 1/2 Minuten garen. Mit einem Holzstäbchen testen, ob der Kuchen durchgebacken ist. Bei Bedarf weitere 30 Sekunden backen.

- 3 -

Für das Topping Sahne schlagen und als Haube auf den warmen Kuchen geben. Mit restlichem Zitronenabrieb garnieren. Küchlein warm servieren.

Es wird zitronig in der Tasse! Diesen kleinen Kuchen darfst du dir gerne gönnen und ihn genüsslich löffeln:

Statt Weizen dürfen Mandel- und Kokosmehl mit zu Ei, Zitronensaft und Xucker in die Tasse, um in der Mikrowelle fix zu einem fluffigen Küchlein zu werden. Mit einem kleinen Sahnehäubchen obendrauf genau das Richtige für alle Low-Carb-Schleckermäulchen.