

## **Osterbrot mit Apfelfüllung**      **1 Ei**

Für 16 Stücke

### **Für die Füllung:**

100 g gehackte Mandel  
500 g Äpfel, geschält und entkernt, in Würfeln  
1 TL abger. Zitronenschale  
1 TL Diabetiker-Streusüße

Für den Teig:

150 g trockener Magerquark oder Schichtkäse  
1 kleines Ei  
6 EL Öl  
1 Prise Salz  
1 EL flüssiger Süßstoff  
250 g Mehl  
2 gestr TL Backpulver

Außerdem:

Mehl zum Ausrollen  
Milch zum Bestreichen

Zubereitung :

1. Die Mandeln in einer beschichteten Pfanne goldbraun rösten und herausnehmen. Die Apfelwürfel portionsweise kurz in der heißen Pfanne schwenken und in einer flachen Schale abkühlen lassen. Mit Mandeln, Zitronenschale und Streusüße mischen.
2. Quark mit Ei, Öl, Salz und Süßstoff mischen. Mehl und Backpulver unterkneten. 10 Min. ruhen lassen.
3. Den Teig auf leicht bemehlter Fläche zu einem Quadrat von etwa 50 cm ausrollen. In der Mitte längs einmal durchschneiden. Die Apfelmischung auf den Teighälften verteilen und in der Länge locker einrollen.
4. Die Teigrollen vorsichtig mit der Nahtseite nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Mit Hilfe einer Palette kordelförmig übereinander legen.

Anschließend mit der Milch bestreichen und 20-25 Min. bei 190°C backen (Gas: Stufe 3).

Pro Stück: 5 g Eiweiß, 8 g Fett, 20 g Kohlenhydrate, 1,8 BE, 180 kcal/755 kJ