

Fruchtiger - Gugelhupf (Diab.)

Kategorien: Kuchen, Gugelhupf, Früchte, Hefeteig

Zutaten für: 1 Rezept

20	Gramm	Hefe
1	Essl.	Diabetikerzucker
2	Essl.	Lauwarme Milch
300	Gramm	Weizenmehl (1700)
150	Gramm	Margarine o. Butter
100	Gramm	Diabetikerzucker
1	Prise	Salz
3		Eier
1		Zitronenschale, unbehandelt
1		Orangenschale, unbehandelt
1		Orange (Saft)
50	Gramm	Geriebene Mandeln

Anleitung:

Hefe zerbröckeln, mit 1 EL Diabetikerzucker, Milch und 2 EL von dem Mehl verrühren. Zugedeckt ca. 20 Min. an einem warmen Ort gehen lassen. Das Fett mit Diabetikerzucker, Salz und den Eiern sahnig rühren, abgeriebene Fruchtschalen, Orangensaft und das restliche gesiebte Mehl darunter rühren. Den Hefevorteig zufügen und mit den geriebenen Mandeln alles zusammen gut vermischen. Eine kleine Napfkuchenform gut einfetten, mit etwas geriebenen Mandeln ausstreuen, den Teig einfüllen und zugedeckt 1 Stunde gehen lassen.

Dann im vorgeheizten Backofen auf der unteren Schiene bei 200 °C ca. 60 Min. backen. Abgekühlt mit Sorbit bestäuben.

Ergibt ca. 10 Stücke,

1 Stück enthält: 8 g Eiweiß, 17 g Fett, 340 Kalorien, 24 g Kohlenhydrate = 2 BE,