

Gewürz - Kuchen (Diab.)

Kategorien: Kuchen, Weihnachten, Rührteig, Dibetiker

Zutaten für: 1 Rezept

100	Gramm	Vollei
80	Gramm	Vollkornmehl
40	Gramm	Maizena
40	Gramm	Fruchtzucker
30	Gramm	Margarine
10	Gramm	Kakao
50	Gramm	Wasser
1	Teel.	Zimt
2	Messersp.	Kardomom
1	Messersp.	Gemahlene Nelken
1/4	Teel.	Backpulver
		Flüssiger Süßstoff

Anleitung:

Die Margarine mit einem Teil des Fruchtzuckers schaumig rühren. Die Eier mit dem Wasser und dem restlichen Fruchtzucker schaumig schlagen und mit der Margarine verrühren Das Mehl Maizena, Backpulver, den Kakao und Gewürze darüber sieben und unterrühren Eventuell mit Süßstoff süßen.

1 Portion: 20 g Eiweiß, 26 g Kohlenhydrate, 18 g Fett 2 BE, 395 Kal.