

Tiramisu - Vollwert - Neu

Zutaten für: 1 Rezept

4		Eier
100	Gramm	Honig
125	Gramm	Dinkelvollkornmehl
		Vanille, Zitrone

FÜLLUNG

		Kaffee und Rum zum Bestreichen
500	Gramm	Frischkäse
250	Gramm	Quark
250	Gramm	Sahne
100	Gramm	Honig
		Orangenschale

Anleitung:

Die Eier trennen . Das Eiweiß mit etwas Zitronensaft steifschlagen den Honig dazugeben und solange schlagen bis eine cremig/feste Masse entsteht. Das Eigelb locker mit dem Schneebesen unter diese Masse heben. Das Mehl und die Vanille vorsichtig untermischen. Nicht zulange und zufest rühren! Den Teig in eine Form geben, backen bei 200°C ca. 10-15 Min.

Den Biskuit einmal durchschneiden und beide Teile mit der Kaffee - Rum Mischung bestreichen. Den Frischkäse ,Quark,Honig und der Orangenschale cremig schlagen. Die steifgeschlagene Sahne darunterheben . Ein Teil der Creme auf einen Boden streichen mit dem anderen Boden abdecken und die restliche Creme darauf verteilen . Mit Kakaopulver dick bestäuben und gut durchziehen lassen.