

Quark Stollen 3 Diab.

Kategorien: Diabetiker, Weihnachten, Backen

Zutaten für: 20 Scheiben

50	Gramm	Getrocknete Aprikosen
50	Gramm	Rosinen
1		Vanilleschote
125	Gramm	Butter oder Diätmargarine
50	Gramm	Schneekoppe-Diabetiker-Süße
2		Eier
400	Gramm	Weizenmehl (Type 550)
250	Gramm	Magerquark
1	Prise	Schneekoppe Meersalz mit Jod und Fluor
1	Teel.	Abgeriebene Schale Von 1 unbehandelten Zitrone
1/2	Teel.	Schneekoppe flüssige Süßkraft
30	Gramm	Grüne Pistazienkerne
1/4		Fläschchen Rumaroma
1	Pack.	Backpulver
		Fett für die Form
1	Essl.	Schneekoppe Fruchtzucker

Anleitung:

Zubereitungszeit 105 Minuten

1. Die Aprikosen würfeln. Aprikosen und Rosinen mit 50 Milliliter kochendem Wasser übergießen und abgedeckt stehen lassen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Das weiche Fett und die Diabetiker-Süße schaumig schlagen. Ein Ei nach dem anderen mit jeweils 1 Esslöffel Mehl unterrühren.

2. Eine Kastenform (30 Zentimeter Länge) einfetten. Den Backofen auf 175 C (Umluft 150 C, Gas Stufe 2) vorheizen. Quark, Salz, Zitronenschale, flüssige Süßkraft, Pistazien, Rumaroma, Aprikosen und Rosinen samt Sud unterrühren. Restliches Mehl und Backpulver unterkneten.

3. Den Teig in die Form füllen.

Im Backofen 55 bis 60 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und aus der Form stürzen.

Mit Fruchtzucker bestreuen und ganz abkühlen lassen.

Quelle:

Aus der Rezeptsammlung von Konrad Heizmann
Rezept erf.mit*RK*08.02.2016 von K.Heizmann