

Fruchtiger Mini-Gugelhupf mit Winternote

Brennwerte 713,0 kJ | 170,5 kcal
 Eiweiß 4,0 g
 Kohlenhydrate 18,4 g
 Fett 8,6 g

Vorbereitung 15 Minuten
 Ruhe-, Gar- & Backzeit 20 Minuten
 Gesamtzeit 35 Minuten



FOOD FACTS

Die Zugabe von Magerquark und Eiern hält den Gugelhupf saftig und liefert reichlich Proteine. In Kombination mit dem Vollkornmehl sowie der Deli Reform Das Original wird „gesünderes Backen“ zum „gesünderen Naschen“. Für jeden ein kleines leckeres Küchlein als Snack!

So saftig, aromatisch und proteinreich. Klingt lecker? Ist es auch

Diese Mini-Gugelhupfe zeigen: Backen kann superlecker, aber auch gesund sein. Durch das Spekulatius- oder Lebkuchengewürz schmeckt der Mini-Kuchen schön winterlich und zusammen mit der bittersüßen Frische von Orangen verleiht er den kalten Tagen einen fröhlichen Schwung. Der cremige Quark versorgt die Küchlein mit ausreichend Protein und sorgt für eine saftige Struktur und eine luftig-lockere Leichtigkeit. Das klingt nach der perfekten Mischung für einen eigenen

kleinen Snack zwischendurch!

Fruchtiger Mini-Gugelhupf mit Winternote

12 PORTIONEN  simpel

FÜR DEN TEIG:

125 g Weizenvollkornmehl
25 g Speisestärke
2 TL Backpulver
1 TL Spekulatiusgewürz oder
Lebkuchengewürz
1 Pr. Salz
110 g Deli Reform Das
Original
50 g Kokosblütenzucker
2 Eier (Größe M)
125 g Magerquark
50 ml Vollmilch
1 Bio-Orange

FÜR DAS TOPPING:

50 g Puderzucker
2-3 EL Orangensaft
20 g grüne Pistazien, gehackt

BENÖTIGT:

12 Stück Mini Gugelhupf
Silikonform
Margarine für die Form

1 DEN TEIG ZUBEREITEN

Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Für den Teig das Weizenvollkornmehl mit der Speisestärke, dem Backpulver sowie dem Spekulatiusgewürz (oder Lebkuchengewürz) vermengen. Eine Prise Salz zugeben und gut miteinander verrühren. Deli Reform Das Original zusammen mit dem Kokosblütenzucker schaumig schlagen, anschließend die Eier nacheinander unterschlagen und anschließend den Magerquark sowie die Vollmilch unterrühren. Die Mehlmischung zur Quarkmasse geben und vorsichtig unterrühren, bis ein homogener Teig entsteht. Zum Schluss mit dem Abrieb einer Bio-Orange verfeinern.

2 BACKEN

Den Teig in gefettete Förmchen geben und im vorgeheizten Backofen für etwa 20 Minuten backen, anschließend vorsichtig aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen.

3 DAS TOPPING ZUBEREITEN

Für das Topping den Puderzucker mit etwas Orangensaft glattrühren und die Mini-Gugelhupf mit dem Zuckerguss sowie fein gehackten Pistazien verzieren.

4 TIPP:

Gerne den Gugelhupf mit grob gehackten Walnüssen oder auch fein gehackter Schokolade ergänzen. Je nach Belieben empfehlen wir zwischen 30-50 g.