

Apfelkuchen für Kalorienbewusste



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Sonja Weber

bei 16 Stück nur 85 kcal pro Stück

Zutaten:

ca. 10 Äpfel (938 gr. in meinem Fall)

4 Eier

120 Xucker light

100 ml Milch

140 gr.Dinkelvollkornmehl

Zubereitung:

10 Äpfel (938g waren es bei mir) schälen und mit dem Multi in Scheiben schneiden.

4 Eier, 120g Xucker light mit dem Ballonschneebesen schaumig schlagen. 100ml Milch unterrühren. Zum Schluss 140g Dinkelvollkornmehl unterheben (Spachtel oder Unterhebrührelement).

Die Apfelscheiben unterheben. In eine 30cm Tortenform füllen und bei 175 Grad O/U 1 Stunde backen. In der Form auskühlen lassen.



Bienenstich mit Biskuit und Vanillepuddingfüllung



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Zutaten:

Biskuit

6 Eier

190 g Zucker

150 g Mehl

75 g Stärke

1 P. Vanillezucker

Zitronenabrieb

1 EL Rum

Deckel:

40 g Butter
gehobelt oder gestiftelte Mandeln nach Bedarf
1 Löffel Honig

Die Füllung:

1 Eigelb
1 P. Vanillepuddingpulver
500 ml Obers (Schlagsahne)
1 P Vanille QimiQ
Vanillemark von einer halben Schote
45 g Zucker

Zubereitung:

Biskuit:

Die Form buttern und mehlieren.

Teig zubereiten mit der Küchenmaschine (Eier/Zucker mit Ballonschneebesen ca. 15 aufschlagen, Aromen zugeben und Mehl unterheben, zB. mit Unterheberührerlement)

35 Minuten backen im Kuchenprogramm auf Stufe 2

Etwas auskühlen lassen und aus der Form stürzen auf ein Kuchengitter ich hab die Multifry du kannst es auch im Backofen backen, dann nur Ober-/Unterhitze nehmen und 180 Grad 35 bis 40 Minuten einstellen. Biskuit nach Auskühlen teilen.



Deckel:

Für den Deckel müsst ihr einfach 40 g Butter und gehobelt oder gestiftelte Mandeln mit anrösten einen Löffel Honig dazu, schon goldbraun werden lassen und dann direkt auf die obere Hälfte verteilen, auskühlen lassen und dann gleich

vorschneiden, dann drückt sich nicht alles nach unten wenn man den Kuchen schneidet.



Füllung:

Für die Füllung 450 ml Obers/Sahne mit dem Zucker erhitzen in der CC, die restlichen 50 ml mit dem Eigelb, dem Puddingpulver sowie dem Vanillemark sobald das Obers kocht, die Puddingmasse langsam unterrühren in den Topf schütten und alles aufkochen lassen (Flexielement). Auskühlen lassen und dann Vanille QimiQ aufschlagen (Ballonschneebeisen) und unterrühren und auf den Kuchenboden verteilen. Oberteil des Kuchens drauf geben und kühl stellen.



Walnuss-Apfelschnecke



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Heidi Kampl

Zutaten:

Teig

300 ml Milch
1 Packung Hefe
450 g Mehl
60 g Zucker
50 g Butter
1 Ei
Salz

Füllung

2 große Äpfel
100 g Nüsse
70 g weiche Butter
100 g Zucker
3 TL Zimt

Zuckerglasur

150 g Puderzucker
2 EL Milch

Zubereitung:

Teig

Die Milch in CC lauwarm erhitzen (ca. 35 Grad) und die Butter darin schmelzen.

Mehl, Zucker, Hefe und Salz zugeben,
ebenso das Ei zugeben und alles mit dem Knethaken zu einem

Teig verrühren.
1h gehen lassen.

Füllung

Äpfel 1 cm große Stücke würfeln (von Hand oder Würfelschneider), Walnüsse grob hacken (Multizerkleinerer), vermischen.

Butter in CC geben, 35 Grad, Flexielement und rühren, damit Butter weich wird (nicht flüssig) und mit dem Zimt und Zucker vermengen.

Springform einfetten.

Teig nach dem gehen halbieren. Auf bemehlter Fläche rechteckig (etwa 40x20 cm) dünn ausrollen.

Beide aufgerollten Teigstücke mit der Butter-Zuckermischung bestreichen und danach die Äpfel-Walnussmischung drauf verteilen.

Den Teig jeweils in 5-6 gleichmäßige Streifen schneiden.

Den 1. Teigstreifen schneckenförmig aufrollen.

Diese Schnecke auf den 2. Stellen und diesen ebenso aufrollen.
Weiter so...

30 min. abgedeckt gehen lassen.

200 C Ober und Unterhitze vorheizen.

40-50 min. backen lassen

(170 C)

Nach dem Backen mit Glasur beträufeln

(Puderzucker mit Milch vermengen. Wenn zu flüssig sollte breiig sein, dann noch Puderzucker dazu)

Walnusstörtchen



Foto Sigrid Gassner

Eine fabelhafte Verwendung für Eiweiß, wenn es beim Nudelmachen oder bei einem Dessert wie der Zitronencreme übrig geblieben sind. Die Törtchen halten sich gut, bleiben mindestens eine ganze Woche frisch und saftig. Besonders hübsch: Wenn man die Törtchen in einem Muffinsblech mit kleinen Gugelhupfförmchen bäckt.

Zutaten für 16 Stück:

200 g Butter

200 g Zucker

6 Eiweiße

100 g gemahlene Walnusskerne

80 g Mehl

2 EL Himbeer- oder Zitronenlikör

Butter für die Förmchen

Zubereitung:

Die Butter in einem kleinen Topf auf milder Hitze aufkochen, dann den Topf einen Moment abkühlen lassen. Mit etwas von dieser flüssigen Butter die Muffinförmchen sorgsam auspinseln oder mit Sprühfett aussprühen.

Zucker und Eiweiß in einer Schüssel mit einem Holzlöffel gründlich verrühren, aber nicht schaumig schlagen. So lange rühren, bis der Zucker aufgelöst ist.

Die Walnusskerne im elektrischen Zerhacker (z.B.

Multizerkleinerer) zu Pulver mixen, mit dem Mehl mischen und unter das Eiweiß rühren (K-Haken). Jetzt auch den Likör in die Masse rühren und schließlich nach und nach die Butter einarbeiten.

Dabei immer nur kleine Mengen zufügen und unterrühren. Erst wenn alles aufgenommen wurde, die nächste Portion zufügen.

Diese Masse gleichmäßig in die Förmchen verteilen – am besten aus einer Kanne gießen, dann tropft es nicht so. Die Vertiefungen nur zu zwei Dritteln füllen, die Masse steigt beim Backen hoch.

Bei 190 Grad Heißluft ca. 10 Minuten backen, bis die Törtchen hochgegangen und goldbraun geworden sind. Noch warm aus den Förmchen lösen – sobald sie abgekühlt sind, bleibt der Teig leicht hängen. Sind sie aus Versehen zu sehr abgekühlt, nochmal kurz im Ofen erwärmen.

Tipp:

Zitronencreme, Apfelmarmelade und Walnusstörtchen passen wunderbar zusammen und lassen sich bestens gemeinsam als Dessert servieren.

Schokoladenkuchen mit Friskäsefüllung



Foto und Rezept zur Verfügung von Elvira Preiß

Zutaten:

Für den Teig:

200 Gramm Zartbitterkuvertüre und
250 Gramm Butter
220 Gramm Zucker
1 Vanillezucker
4 Eier
350 Gramm Mehl
1 Päckchen Backpulver
60 ml Milch
4 Eßl. Kakao

Füllung:

300 Gramm Frischkäse
250 Gramm Quark
1 Becher saure Sahne
3 Eßl. Speisestärke
150 Gramm Zucker

40 ml Milch

Zubereitung:

Für den Teig:

200 Gramm Zartbitterkuvertüre und
250 Gramm Butter mit dem Flexi bei 50 Grad schmelzen dann auf
30 Grad zurück drehen
220 Gramm Zucker

1 Vanillezucker

4 Eier

dazu rühren (Flexielement).

Temperatur ausschalten

350 Gramm Mehl

1 Päckchen Backpulver

60 ml Milch

4 Eßl. Kakao unterrühren (K-Haken).

2/3 des Teiges in eine gut gefettete Form füllen und am Rand und in der Mitte hochziehen.

Füllung:

300 Gramm Frischkäse

250 Gramm Quark

1 Becher saure Sahne

3 Eßl. Speisestärke und

150 Gramm Zucker

Gut verrühren (Flexielement) und in die Mulde des Teiges füllen.

Den restlichen Teig mit ca 40 ml Milch verdünnen und als Deckel auf die Masse streichen.

Bei 180 Grad Ober-/Unterhitze 1 std. backen.

Je nach Form gut auskühlen lassen vor dem Stürzen.

Churroswaffeln mit Brandteig



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Maren Grau-Soumana Mayaki

Zutaten:

100 gr Butter
250 ml Wasser
150 gr 550er Mehl
4 ganze Eier

Ergänzung MarieNa:

zzgl. 1 Prise Salz

zzgl. kurz vor Ende Knetvorgang etwas Hagelzucker schadet auch nicht

Zubereitung:

Butter und Wasser mit dem Flexielement rund 3 min bei 100 Grad auflösen und erwärmen.

Das Mehl auf einmal reingeben, Temperatur lassen. Auf Sicht rühren bis der Teig abgebrannt ist.

Temperatur ausschalten. Alle Eier auf einmal direkt zugeben. Auf Stufe 4 (Kindersicherung entriegeln) ungefähr 3-4 min ordentlich durchlagen.



Mit einem Eisportionierer ganz KLEINE Portionen ins belgische Eisen geben. Ca 5 min ausbacken (die gegen stark auf).
Heiß in Zucker wälzen (Zimt wäre auch möglich)

Plundergebäck

Puddingbrezeln



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Kerstin Wulfes
Zutaten und Zubereitung:

Für den Pudding:

1,5 Päckchen Vanillepuddingpulver

500 ml Milch

60g Zucker oder nach Geschmack

Vanillepudding nach Packungsanleitung zubereiten (Flexielement), hierbei allerdings 1,5 Päckchen verwenden. Den fertigen Pudding in eine kleine Schüssel umfüllen, mit Folie abdecken -so entsteht keine Haut – und abkühlen lassen.

Für den Teig:

125 ml Milch

1/2 Würfel frische Hefe

350g Mehl

1 Prise Salz

3 EL Zucker

1 Päckchen Vanillezucker

1 Ei

(die Milch sollte Zimmertemperatur haben)

100g weiche Butter

Für die Glasur:

Puderzucker

Milch

Milch, Hefe, Ei, Zucker, Vanillezucker und das Salz in eine Schüssel geben und verrühren. Das Mehl komplett dazu geben und mit dem Knethaken zu einem glatten Teig kneten. Sollte er noch kleben, dann noch etwas Mehl dazugeben. Aber nur so viel wie nötig.

Den Teig zu einem Rechteck ausrollen. Das Rechteck liegt quer. Nun etwas Butter auf die rechte Seite des Rechtecks streichen -nicht zu dünn, nicht zu dick. Die Butter so einteilen, dass sie für 4 x Aufstreichen reicht. Den Rand etwas frei lassen, damit die Butter beim Falten nicht heraus drückt. Nun den Teig von links, bis zur Mitte der rechten, mit Butter bestrichenen Seite, falten, und dann von rechts, bis zur Mitte des Rechtecks. Jetzt ist es ein gefaltetes kleineres Rechteck, was

in Folie für 10 Minuten in den Gefrierschrank kommt.

Nach 10 Minuten wird der Teig wieder zu einem größeren Rechteck ausgerollt, die rechte Seite mit Butter bestrichen, gefaltet und in den Gefrierschrank gelegt. Also der vorige Prozess wird wiederholt – das Ganze macht man insgesamt 4 Mal.

Nach dem 4. Durchgang wird der Teig wieder zum großen Rechteck ausgerollt. Meines hatte ca. 35x 24 cm. Nun schneidet man 12 lange Streifen. Diese werden etwas aufgezwickelt. Auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech zur Brezel formen. Damit sie nicht zu eng liegen, sollte man 2 Backbleche verwenden.

Den erkalteten Pudding durchrühren, in einen Spritzbeutel geben und jeweils in die 2 Brezellöcher eine Portion geben.

Backofen vorheizen. 170° Umluft oder 190° Ober- / Unterhitze

Nun darf der Teig endlich gut 30 Minuten aufgehen. Ich habe die Bleche in der Zeit mit Geschirrtüchern abgedeckt.

Dann in den heißen Backofen geben. Ca. 15 Minuten – immer Blickkontakt halten, damit die Brezeln nicht verbrennen. Sie sollten goldbraun werden.

Ich nehme lieber Ober-/ Unterhitze, deswegen backe ich die Bleche nacheinander. Bei Umluft können natürlich beide gleichzeitig gebacken werden.

Je nach Geschmack mit Puderzucker bestreuen, oder aus Puderzucker und Milch einen dickeren Zuckerguss herstellen. Auf dem Plunderstück verteilen. Die Brezeln auf dem Blech erkalten lassen, damit der noch warme Pudding nicht herausläuft und den Guss trocknen lassen.

Erdnuss - Cheesecake

Erdnusskäsekuchen



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Maren Witschel

Erdnuss-Cheesecake

Zutaten/Zubereitung:

Erdnussbutter:

ca 400g Erdnüsse geröstet

Eine gute Prise Salz

ca ein EL Öl (Erdnuss- oder neutrales Öl)

In den Multi und zu Butter verarbeiten

Die Hälfte der Menge zusammen mit

50g Backkakao

125g Puderzucker

1 EL Öl

Noch einmal im Multizerkleinerer kräftig durchrühren, kann passieren das man da noch einmal nachhelfen muss und etwas mit der Hand unterrührt und nach Bedarf noch etwas Öl bei gibt (sollte eine ähnliche Konsistenz aufweisen wie die berühmte Schokocreme)

Den Schoko-Aufstrich beiseite stellen.

Restliche Erdnussbutter

250g Mehl

30g brauner Zucker

1 Ei

Mit dem K-Haken zu Streusel verarbeiten gut die Hälfte in die gefettete Springform (26cm Durchmesser) zu einem Boden andrücken. 30 min kalt stellen restlichen Streusel ebenso kalt stellen bis zur Verarbeitung

800g Magerquark

1 Ei

150g Schlagsahne

35g Speisestärke

300g Zucker

1 Pck Vanillezucker

Mit dem K-Haken und dem Spritzschutz verrühren (hat bei mir zehn Sekunden gedauert) einmal kurz hoch drehen reichte aus ohne Klumpen.

Masse auf den Boden geben.

Bei 180 Grad Umluft je nach Ofen 35-45 Minuten backen (mein Ofen ist immer recht zügig bei mir sind die Backzeiten immer recht kurz hatte es nur 35 Minuten drin)

Den Schoko-Aufstrich vorsichtig mit einem Löffel oder Teigschaber auf der Masse verteilen (den Rand dabei nicht aussparen) restlichen Streusel drauf und noch einmal 15-20 Minuten bei gleicher Temperatur backen.

Auskühlen lassen und dann noch einmal mindestens 3 Std in den Kühlschrank stellen.



Apfelkuchen



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Zutaten:

Teig:

400 g Mehl, glatt

200 g Zucker

1 Vanillezucker

200 g Butter

2 Eier

Füllung:

1 kg Äpfel

Zitronensaft

4 EL Weisswein

1 EL Zucker

1/2 Pk Vanillepuddingpulver

1 EL Butter

Zubereitung:

Für die Füllung die Äpfel schälen (Tipp Ingrid Schmunk: geht auch ohne Schälen) in kleine Würferl schneiden (wäre auch mit Würfelschneider möglich) und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Butter in einem Topf schmelzen lassen und die Äpfel dazugeben. Mit dem Wein oder Apfelsaft übergiessen und unter ständigem Rühren 3-4 Minuten dünsten lassen. Etwas überkühlen lassen (wer mag macht das im Kessel der Kenwood zusammen mit Kochröhrelement und Temperatur ca. 115 Grad, Rührintervall 3, Zeiteinstellung 4 Minuten).



Den Pudding zu den Äpfeln geben und verrühren. Das ganze überkühlen lassen.

Die Zutaten für den Teig zu einem Streuselteig kneten (K-Haken)

Für die Streusel halben Teig zurück behalten.

Nun den Teig in eine gefettete und gebröselte Springform drücken. Auch einen Rand aus dem Teig formen. Die

Apfelmasse einfüllen.



Die Streusel oben auf die Apfelmasse drauf geben und verteilen
ich hab sie vom Teig abgezupft wie beim Zupfkuchen und auf der
Füllung verteilt.



Bei 170 Grad Heissluft 60 Minuten backen.

Valentinstagsherz



Fotos Gisela M.

Anmerkung:

Ich habe das Herz nach einem italienischen Rezept gemacht, fand aber, dass unser Hefezopf Teig von [hier/3. Rezept](#) lockerer ist. Daher hier die umgeschriebene Version. Ausprobiert in dieser Variante habe ich es noch nicht, bin aber sehr zuversichtlich, dass es klappt. Über Feedback freue ich mich ☐

Zutaten und Zubereitung:

500 g Mehl Type 550

0.75 EL Salz in einer Schüssel mischen

0.5 Würfe Hefe (ca. 20 g), zerbröckelt (Alternativ 10 gr. Hefe + 1 gehäufte EL LM)

1 TL Zucker

60 g Butter, in Stücken, weich

1 ausgekratzte Vanilleschote

300 ml Milch, lauwarm zugeben.

Den Teig in der CC mit Knethaken auf Stufe min ca. 10 Min. kneten. Teig halbieren und eine Hälfte zu einer Kugel formen in eine andere Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken und bei Raumtemperatur ca. 1,5 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen.

Die andere Hälfte mit

30 gr. Kakao und

2 EL Milch

kneten lassen, bis alles eingearbeitet wird. Bei Bedarf noch

etwas Milch zugeben. Dann auch hier Teig zu einer Kugel formen und ebenfalls mit einem feuchten Tuch abdecken und bei Raumtemperatur ca. 1,5 Stunden auf das Doppelte aufgehen lassen.

Beide Teige zu Strängen formen und in eine eingebuttrte (oder mit Backtrennspray gesprühte) Herzform füllen. Entweder je eine Schicht hell, dann eine dunkel. Oder man wickelt vorher hell und dunkel zusammen und füllt sie dann ein.



Ich hatte noch Teig übrig und habe auch noch gemischte Formen gemacht.



Wer mag, bestreicht den Teig mit 1 Eigelb, ich habe ihn nicht bestrichen, da ich hoffte, dass der Kontrast hell-dunkel dann besser rüberkommt.

30 Minuten gehen lassen.



Backen: 28 Minuten/180 Gr/Ober-/Unterhitze.