

# Rezeptideen mit Albaöl



## Vollkorntörtchen mit Sauerkirschen

### Zutaten

(für ca. 15 Stück)

80 ml Albaöl (75 g)

100 g Zucker

2 Eier

1 Prise Salz

Mark einer  $\frac{1}{4}$  Vanilleschote oder

1 Päckchen Vanillezucker oder

$\frac{1}{2}$  TL von der Schale einer ab-

geriebenen Zitrone

200 g Weizen- oder Dinkel-

Vollkornmehl

2 TL Backpulver

50 ml Milch

75–90 Sauerkirschen

gehobelte Mandeln oder

Pinienkerne

15 Papierbackförmchen

### Nährwertinformation

1 Portion enthält:

162 Kalorien

7 g Fett

3 g Eiweiß

21 g Kohlenhydrate (≈ 2 BE)

28 mg Cholesterin

### Zubereitung

Albaöl mit dem Zucker schaumig schlagen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Anschließend die Eier hinzufügen, ebenso die Gewürze.

Das Mehl-Backpulver-Gemisch abwechselnd mit der Milch unterrühren.

Den Teig einige Minuten stehen lassen, dann mit einem Esslöffel in die Papierförmchen füllen (knapp halb voll).

Auf jedem Törtchen 5–6 Sauerkirschen verteilen. Anschließend mit gehobelten Mandeln oder Pinienkernen bestreuen.

Backen: im vorgeheizten Ofen etwa 18 bis 20 Minuten bei 180 °C oder Heißluft 160 °C.

### Tipp

Statt Vollkornmehl eignet sich auch normales Weizenmehl. Sie benötigen dann aber nur drei Esslöffel Milch.

Ebenfalls sehr lecker: Anstelle von Sauerkirschen können auch frische Rhabarberstücke, Aprikosen oder Pfirsiche genommen werden.

# Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: [www.albaeol.de](http://www.albaeol.de)