

Rezeptideen mit Albaöl



Pfirsich-Tarte

Zutaten

(für 24 Stück = ein Blech)

Teig:

250 g Mehl

1/2 TL Backpulver

100 ml Albaöl (90 g)

70 g Zucker

1 Ei

1 Prise Salz

Belag:

9 große reife Pfirsiche

100 g Pfirsichmarmelade

20 ml Pfirsichlikör

Nährwertinformation

1 Stück enthält:

119 Kalorien

4 g Fett

2 g Eiweiß

18 g Kohlenhydrate (= 1,5 BE)

10 mg Cholesterin

Dieses Rezept ist:

- cholesterinarm
- kalorienbewusst

Zubereitung

Zucker und Ei mit dem Handrührgerät (Schneebesen) schaumig schlagen und Salz hinzugeben. Das Albaöl langsam unter ständigem Rühren in den Teig einlaufen lassen.

Das Mehl-Backpulver-Gemisch esslöffelweise unter die Masse rühren und zu einem Knetteig verarbeiten.

Den Teig zwischen zwei großen Bögen Backpapier ca. 3 mm dünn ausrollen. Den ausgerollten Teig mit dem Backpapier auf ein Backblech legen und das obere Papier abziehen.

Die Pfirsiche in dünne, etwa 0,5 cm breite Spalten schneiden und dicht nebeneinander auf dem Teig verteilen.

Backen: ca. 40 Minuten bei 200 °C Ober- und Unterhitze auf der mittleren Schiene.

10 Minuten vor Ende der Backzeit die mit dem Pfirsichlikör verrührte Marmelade gleichmäßig mit einem breiten Backpinsel auf den Pfirsichspalten verteilen.

Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: www.albael.de