

# Rezeptideen mit Albaöl



## Nussecken

### Zutaten

(für ca. 40 Stück)

#### Teig:

250 g Mehl

100 ml Albaöl (90 g)

80 g Zucker

1 Ei

1 Prise Salz

#### Belag:

100 g Aprikosenmarmelade

150 g Zucker

110 ml Albaöl (100 g)

150 g gemahlene Haselnüsse

150 g gehackte Haselnüsse

4 EL Wasser

100 g Zartbitterkuvertüre

### Nährwertinformation

1 Stück enthält:

154 Kalorien

10 g Fett

2 g Eiweiß

14 g Kohlenhydrate (≈ 1 BE)

6 mg Cholesterin

### Dieses Rezept ist:

- cholesterinarm

### Zubereitung

Zucker und Ei mit dem Handrührgerät (Schneebesen) schaumig schlagen und Salz hinzugeben. Das Albaöl langsam unter ständigem Rühren in den Teig einlaufen lassen. Dann das Mehl esslöffelweise unter die Masse rühren und diese zu einem Knetteig verarbeiten. Den Teig etwas ruhen lassen und zwischen zwei Bögen Backpapier ca. 0,5 cm dick ausrollen. Den ausgerollten Teig mit dem Backpapier in eine flache, rechteckige Backform (25 x 35 cm) geben und mit einer Gabel mehrfach einstechen.

Backen: ca. 10 Minuten bei 160 °C Heißluft auf der mittleren Schiene.

Für den Belag Albaöl und Zucker in einem Topf bei schwacher Hitze schmelzen. Anschließend die Haselnüsse und das Wasser unterrühren. Aprikosenmarmelade auf dem Boden verstreichen, Nussmasse gleichmäßig darauf verteilen und mit einem mit Wasser angefeuchteten Löffelrücken glattstreichen.

Backen: noch einmal ca. 25 Minuten bei 160 °C Heißluft auf der mittleren Schiene.

Den noch lauwarmen Nussteig in ca. 6 x 7 cm große Vierecke schneiden und dann in Dreiecke teilen.

Kuvertüre zerkleinern und in ein trockenes Gefäß geben. Im Wasserbad erhitzen, bis sich die Kuvertüre verflüssigt. Etwas abkühlen lassen und die Ecken oder Seiten eintauchen.

### Tipp

Die Nussecken lassen sich auch auf einem ganz normalen Backblech backen. Bei 40 Stück der angegebenen Größe wird allerdings ein größeres Backblech nicht ganz voll.

Wenn Sie den Teig etwas weicher mögen, lassen Sie die Nussecken einfach ein paar Tage in einer Dose liegen.

# Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

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