

Rezeptideen mit Albaöl



Zutaten

(für 12 Stück = eine Springform,
24 oder 26 cm Durchmesser)

100 ml Albaöl (90 g)

300 g Zucker

1 Päckchen Vanillezucker

1 Prise Salz

2 Eier

150 g Weizenmehl

40 g Kakaopulver

60 ml Wasser

Nährwertinformation

1 Stück enthält:

237 Kalorien

9 g Fett

3 g Eiweiß

36 g Kohlenhydrate (= 3 BE)

40 mg Cholesterin

Kladdkaka*

Zubereitung

Springform mit Albaöl einfetten.

Eiweiß und Eigelb trennen. Albaöl, Zucker, Vanillezucker, Salz und Eigelb schaumig schlagen. Mehl und Kakaopulver mischen, sieben und im Wechsel mit dem Wasser unter die schaumige Masse rühren. Das Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter die Teigmasse heben. Den Teig in die Form füllen und glatt streichen.

Backen: ca. 30 Minuten auf der mittleren Schiene bei 175 °C Heißluft. Der Kuchen bleibt flach, da er ohne Backpulver gebacken wird.

Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

Tipp

In Schweden wird der Kuchen oft mit frischen Himbeeren oder Blaubeeren und Schlagsahne serviert. Beliebt ist er auch als Dessert – noch lauwarm mit Vanilleeis und Erdbeeren.



* „Kladdkaka“ bedeutet auf Deutsch „klebriger Kuchen“ (kladdig = klebrig, kaka = Kuchen), denn ein echter schwedischer „Kladdkaka“ ist in der Mitte nicht durchgebacken und erinnert an den Teig, den wir als Kind aus der Schüssel kratzen durften, wenn gebacken wurde. Seine Konsistenz und seine geringe Höhe hat der „Kladdkaka“ dem Fehlen von Backpulver zu verdanken, was ihn auch von anderen Rührkuchen unterscheidet. Er lässt sich aber genauso schnell und einfach wie diese herstellen und ist nicht zuletzt auch deshalb so beliebt bei den Schweden. Über den Ursprung des „Kladdkaka“ streiten sich die Gemüter. Wahrscheinlich wurde er von einer schwedischen Hausfrau Mitte des vorigen Jahrhunderts erfunden, als Backpulver eine Mangelware war.

Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: www.albaeol.de