

Rezeptideen mit Albaöl

Zutaten

(für 24 Mini-Gugelhupf- oder
12 Muffin-Silikon-Förmchen)

Teig:

150 g Mehl

¼ TL Natron

1 TL Backpulver

105 g brauner Zucker

Mark einer ½ Vanilleschote

1 Prise Salz

Abrieb und Saft einer ½ Zitrone

70 ml Albaöl (60 g)

100 ml Sojamilch

Glasur:

60 g Puderzucker

ca. 1½ EL heißes Wasser

100 g flüssige Kuvertüre

Nährwertinformation

1 Stück (Mini-Gugelhupf/Muffin-
Größe) enthält:

90/181 Kalorien

3 g/6 g Fett

1 g/3 g Eiweiß

14 g/29 g Kohlenhydrate

(≈ 1 BE/≈ 2,5 BE)

0 mg/0,1 mg Cholesterin

Dieses Rezept ist:

- cholesterinarm



Mini-Gugelhupf (vegan)

Zubereitung

Mehl, Zucker, Salz, Backpulver und Natron in einer Rührschüssel vermengen. Das Albaöl, die Sojamilch und die Gewürze zugeben und verrühren.

Die Silikonförmchen mit Wasser ausspülen und den Teig einfüllen.

Backen: ca. 12 – 15 Minuten bei 180 °C Heißluft im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene.

Aus Puderzucker und Wasser eine Glasur rühren. Die Gugelhupfe nach dem Auskühlen in die Kuvertüre oder die Puderzuckerglasur tauchen.

Tipp

Die Mini-Gugelhupfe sehen noch hübscher aus, wenn sie zusätzlich zur Glasur mit Zuckerperlen verziert werden.

Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: www.albaeol.de