

KLEINGEBÄCK

Lebkuchen-Whoopie-Pies

Cremige Köstlichkeit zwischen weichen Lebkuchen-Kuchentalern. ❤️

Menge: 11 gefüllte Lebkuchen-Whoopie-Pies

116,3 kcal

1,3 g verwertbare Kohlenhydrate

6,9 g Ballaststoffe

5,0 g Eiweiß

ALLES, WAS DU BRAUCHST

Zutaten

Teig:

- 1 Ei
- 30 g geschmolzene Butter
- 30 g Fibriya Erythrit
- Eine Prise Salz
- 20 g Joghurt
- 20 ml Wasser für den Teig
- 3 g Backpulver
- 3 g Zitronensaft
- 30 g Fibriya Gewürzgebäck Ballaststoffmix

Creme:

- 100 g cremiger Quark
- Flüssiges Süßungsmittel
- 100 ml Wasser für die Creme
- 25–30 g Fibriya Zero Dessertpulver Kokos

SCHRITT FÜR SCHRITT

Zubereitung

1. Die Zutaten für den Teig in einer Schüssel mit einer Gabel gründlich verrühren und anschließend 5 Minuten ruhen lassen. Dann in einen Spritzbeutel füllen oder mit nassen Händen kleine Kugeln daraus formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.
2. Im Backofen bei 175 Grad Ober-/Unterhitze etwa 17 Minuten backen, bis sie fertig sind. Die Taler auf dem Blech vollständig abkühlen lassen.
3. Die Zutaten für die Creme mit einer Gabel verrühren.
4. Zum Schluss einen Taler mit der Creme füllen und vorsichtig einen zweiten daraufsetzen. So entstehen die leckeren gefüllten Lebkuchen-Whoopie-Pies. ❤️

Nährwerte

Nährstoff	100 g	Je Stück
Energie	116,3 kcal	43,8 kcal
Energie	482,5 kJ	181,9 kJ
Fett	8,5 g	3,2 g
– davon gesättigte Fettsäuren	4,9 g	1,8 g
Kohlenhydrate	13,8 g	5,2 g
– davon Zucker	1,1 g	0,4 g
– davon mehrwertige Alkohole	12,5 g	4,7 g
Verwertbare (Netto-)Kohlenhydrate	1,3 g	0,5 g
Ballaststoffe	6,9 g	2,6 g
Eiweiß	5,0 g	1,9 g
Salz	0,3 g	0,1 g

Rezept bei Fibriya Rezepte öffnen ↗