



Apfel-Scheiterhaufen mit Baiserhaube

Weiches, duftendes süßes Brot mit Apfelschicht, Zitronen-Eiercreme und einer leichten Baiserhaube. Ein wirklich besonderer und dennoch einfacher Kuchen.

Menge: 6 Portionen

108,7
kcal

6,0 g verwertbare Kohlenhydrate

6,8 g Ballaststoffe

3,5 g Eiweiß

ALLES, WAS DU BRAUCHST

Zutaten

Für das süße Brot:

- 4 Eier
- 1 Prise Salz
- 45 g Fibriya 1:4 Süßungsmix
- 40 g geschmolzene Butter
- 60 g griechischer Joghurt
- 110 g Fibriya Backwaren Ballaststoffmix

Für die Apfelschicht:

- 4 Äpfel
- 1 Esslöffel Butter
- 1 Esslöffel Bronz-Erythrit und 1 Esslöffel Fibriya Balance Süßungsmix
- 1 Teelöffel Zimt
- Saft von ½ Zitrone

Für die Eierschicht:

- 3 Eigelb
- 2–3 Esslöffel Fibriya Balance Süßungsmix
- 1 Teelöffel abgeriebene Zitronenschale
- 50 ml ungesüßte Mandelmilch

Für die Baiserhaube:

- 3 Eiweiß
- 1 gehäufte Esslöffel Fibriya Puder-Erythrit
- 1 Esslöffel ungesüßte Aprikosenmarmelade
- 2 Esslöffel ungesüßte Aprikosenmarmelade für die Oberfläche

SCHRITT FÜR SCHRITT

Zubereitung

1. Die Eier mit dem Salz und dem Süßungsmix schaumig schlagen. Anschließend die geschmolzene Butter und den griechischen Joghurt hinzufügen und zum Schluss den Fibriya Backwaren Ballaststoffmix unterrühren. 3–5 Minuten ruhen lassen, dann zu einem kleinen Laib formen und im auf 170 °C vorgeheizten Ofen 40–45 Minuten backen.
2. Die Äpfel in Scheiben schneiden. Die Butter schmelzen, die Äpfel hinzufügen, mit dem Bronz-Erythrit und dem Fibriya Balance Süßungsmix bestreuen und anschließend den Zimt und den Zitronensaft dazugeben. Einige Minuten köcheln lassen, sodass die Äpfel noch knackig bleiben.
3. Das Eigelb mit dem Fibriya Balance Süßungsmix, der abgeriebenen Zitronenschale und der Mandelmilch verrühren.
4. Eine Backform mit Butter einfetten. Die Hälfte des süßen Brots auf dem Boden verteilen, mit der Eierschicht beträufeln, anschließend die Apfelschicht daraufgeben und mit dem restlichen süßen Brot bedecken. Die Oberfläche mit 2 Esslöffeln ungesüßter Aprikosenmarmelade bestreichen und im auf 180 °C vorgeheizten Ofen etwa 30 Minuten backen.
5. Inzwischen das Eiweiß mit dem Puder-Erythrit und dem 1 Esslöffel Marmelade steif schlagen. Nach Ablauf der 30 Minuten die Baisermasse auf dem Kuchen verteilen und den Kuchen anschließend für weitere 10 Minuten zurück in den Ofen geben.

Nährwerte

Nährstoff	100 g	Je Portion
Energie	108,7 kcal	279,0 kcal
Energie	452,9 kJ	1162,4 kJ
Fett	6,1 g	15,8 g
– davon gesättigte Fettsäuren	3,0 g	7,7 g
Kohlenhydrate	13,0 g	33,5 g
– davon Zucker	5,6 g	14,4 g
– davon mehrwertige Alkohole	7,0 g	18,0 g
Verwertbare (Netto-)Kohlenhydrate	6,0 g	15,5 g
Ballaststoffe	6,8 g	17,5 g
Eiweiß	3,5 g	9,0 g
Salz	0,5 g	1,3 g

[Rezept bei Fibriya Rezepte öffnen ↗](#)