



KUCHEN UND MUFFINS

Walnuss-Marmeladen-Körbchen

Ein echter Retro-Klassiker nach Fibriya-Art. 😊 Butterige Körbchen aus Mandelteig mit zuckerfreier Marmelade und Walnussfüllung – sie lassen sich auch in einer Muffinform perfekt zubereiten.

Menge: 15 Körbchen

306,1
kcal

3,7 g verwertbare Kohlenhydrate

9,5 g Ballaststoffe

8,0 g Eiweiß

ALLES, WAS DU BRAUCHST

Zutaten

Teig:

- 2 Eier
- 100 ml zuckerfreie Mandelmilch
- 2 EL Fibriya Balance Süßungsmix
- 80 g geschmolzene Butter
- 90 g Fibriya Backwaren Ballaststoffmix
- 50 g gemahlene Mandeln

Füllung:

- 130 g zuckerfreie Marmelade
- 200 g gemahlene Walnüsse
- 40 g Fibriya Balance Süßungsmix
- 3 Eiweiß

SCHRITT FÜR SCHRITT

Zubereitung

1. Verknete die Zutaten für den Teig und stelle ihn anschließend etwa eine halbe Stunde in den Kühlschrank, damit der Buttermix gut fest wird.
2. Drücke den Teig anschließend in die Formen und stelle ihn wieder in den Kühlschrank, während du die Füllung zubereitest.
3. Vermische die gemahlene Walnüsse mit 40 g Fibriya Balance Süßungsmix. Schlage die 3 Eiweiß zu steifem Schnee und hebe ihn anschließend vorsichtig unter die Walnussmischung.
4. Gib jeweils einen kleinen Teelöffel zuckerfreie Marmelade in den Teig und löffle anschließend die Walnussfüllung darauf.
5. Backe die Körbchen im vorgeheizten Backofen bei 170 °C etwa 25 Minuten lang.

Nährwerte

Nährstoff	100 g	Je Stück
Energie	306,1 kcal	183,9 kcal
Energie	1264,8 kJ	759,7 kJ
Fett	26,9 g	16,1 g
– davon gesättigte Fettsäuren	6,6 g	4,0 g
Kohlenhydrate	9,3 g	5,6 g
– davon Zucker	3,1 g	1,9 g
– davon mehrwertige Alkohole	5,7 g	3,4 g
Verwertbare (Netto-)Kohlenhydrate	3,7 g	2,2 g
Ballaststoffe	9,5 g	5,7 g
Eiweiß	8,0 g	4,8 g
Salz	0,6 g	0,4 g

[Rezept bei Fibriya Rezepte öffnen ↗](#)