



TORTEN

Cremiger Pflaumenbiskuit aus Fibriya Neutraler-Biskuit Ballaststoffmix

Pflaumenbiskuit aus Fibriya Neutraler-Biskuit Ballaststoffmix, bedeckt mit einer Instant-Kaltdessertcreme. Der Kuchen wird mit halbierten Pflaumen, Zimt und frischen Minzblättern garniert.

Menge: 10 Scheiben Pflaumenbiskuit

82,4
kcal

4,0 g verwertbare Kohlenhydrate

4,7 g Ballaststoffe

4,2 g Eiweiß

ALLES, WAS DU BRAUCHST

Zutaten

Zutaten für eine 27-cm-Springform:

- 30 g Butter
- 4 Eier
- Vanillearoma
- 50 ml Milch
- 80 g Fibriya Balance Süßungsmix
- 40 g Fibriya Neutraler-Biskuit Ballaststoffmix

Für die Instant-Kaltdessertcreme:

- Eine halbe Packung (50 g) Fibriya Zero Dessertpulver in deiner Lieblingssorte (am besten passen weiße Schokolade oder Vanille zum Rezept)
- 400 ml Milch (pflanzliche Milch ist ebenfalls geeignet)

Für die Kuchenoberseite:

- 6–8 Pflaumen, halbiert
- Zimt nach Geschmack
- Frische Minzblätter

SCHRITT FÜR SCHRITT

Zubereitung

Zubereitung – Biskuit

1. Zuerst die geschmolzene Butter, die Eier (im Ganzen hineinschlagen), den Süßungsmix, die Milch und das Aroma miteinander verrühren. Alles glatt rühren und anschließend den Ballaststoffmix hinzufügen. Gründlich und klümpchenfrei verrühren, dann in eine mit Backpapier ausgelegte Springform gießen.
2. Backen: 40 Minuten bei 160 Grad, bei Ober-/Unterhitze und ohne Umluft.

Zubereitung – Creme

1. Das halbe Päckchen (50 g) Fibriya Zero Dessertpulver in eine Schüssel geben und unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen oder einer Gabel klümpchenfrei verrühren. Zusätzlicher Süßstoff ist nicht nötig, da dieser bereits in der Dessertbasis enthalten ist. 5 Minuten ruhen lassen und anschließend über den abgekühlten Biskuit gießen.
2. Mit frischen Pflaumen, gemahlenem Zimt und etwas Minze garnieren.

Nährwerte

Nährstoff	100 g	Je Stück
Energie	82,4 kcal	94,9 kcal
Energie	343,6 kJ	395,6 kJ
Fett	4,4 g	5,0 g
– davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g	2,5 g
Kohlenhydrate	10,5 g	12,1 g
– davon Zucker	3,8 g	4,4 g
– davon mehrwertige Alkohole	6,6 g	7,6 g
Verwertbare (Netto-)Kohlenhydrate	4,0 g	4,6 g
Ballaststoffe	4,7 g	5,5 g
Eiweiß	4,2 g	4,8 g
Salz	0,3 g	0,3 g

[Rezept bei Fibriya Rezepte öffnen ↗](#)