



KUCHEN UND MUFFINS

Falsche „Apfel“-Biskuitrolle

Fibriya-Biskuitrolle mit Zucchinifüllung.

Menge: 12 Rollen

53,8
kcal

2,7 g verwertbare Kohlenhydrate

4,7 g Ballaststoffe

3,0 g Eiweiß

ALLES, WAS DU BRAUCHST

Zutaten

- 3 mittelgroße gelbe Zucchini
- 3 EL brauner Erythrit
- 1 gehäufte TL Zimt
- Abrieb und Saft von 2 Limetten
- 50 g Fibriya Red Velvet Biskuit Ballaststoffmix
- 3 Eier
- 10 g Butter
- 25 g griechischer Joghurt
- 50 g Fibriya Balance Süßungsmix

SCHRITT FÜR SCHRITT

Zubereitung

1. Eier, Butter, Joghurt und Süßungsmittel mit dem Stabmixer verrühren. Anschließend den Biskuit-Ballaststoffmix unterheben.
2. Den Teig auf einem normalen Backblech glatt streichen und 20 Minuten bei 170 °C ohne Umluft backen. Noch warm mithilfe eines Küchentuchs aufrollen. Während die Biskuitrolle abkühlte, die Füllung zubereiten.
3. Die Zucchini raspeln. Mit Erythrit, Zimt und Limette dünsten, bis die Flüssigkeit vollständig verdampft ist.
4. Nach dem Abkühlen die Biskuitrolle mit der Füllung bestreichen.

Nährwerte

Nährstoff	100 g	Je Stück
Energie	53,8 kcal	51,4 kcal
Energie	225,1 kJ	215,1 kJ
Fett	2,3 g	2,2 g
– davon gesättigte Fettsäuren	1,0 g	0,9 g
Kohlenhydrate	9,7 g	9,3 g
– davon Zucker	1,6 g	1,5 g
– davon mehrwertige Alkohole	7,0 g	6,7 g
Verwertbare (Netto-)Kohlenhydrate	2,7 g	2,6 g
Ballaststoffe	4,7 g	4,5 g
Eiweiß	3,0 g	2,9 g
Salz	0,3 g	0,3 g

[Rezept bei Fibriya Rezepte öffnen](#) ↗