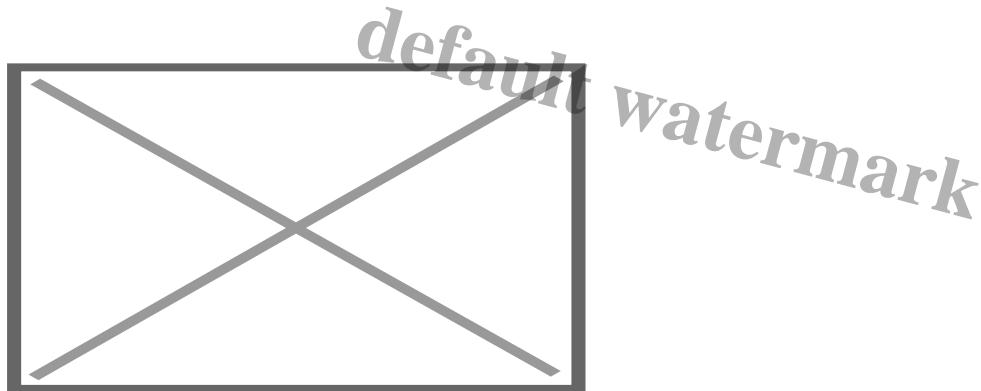


Wolken-Brot selbst machen

Description



Zutaten

3 Eier, GrÃ¶?e M
3 EL FrischkÃ¤se, Doppelrahmstufe
1/2 TL Backpulver
Salz

Ins Cloud-Brot gehÃ¶ren drei Zutaten: Eier, FrischkÃ¤se und Backpulver. Wer es gern sÃ¼Ã?er mag, dem empfehlen wir, einen EsslÃ¶ffel Honig in die Teigmasse zu geben.

Zubereitung

Den Ofen auf 150 Grad vorheizen. Das EiweiÃ? vom Eigelb trennen. Das Eigelb mit dem FrischkÃ¤se (drei EsslÃ¶ffel, auf Raumtemperatur) verrÃ¼hren und das Backpulver hinzugeben. Das EiweiÃ? steif schlagen.

Nun beides vorsichtig mit einem KochlÃ¶ffel zusammenrÃ¼hren, bis eine homogene Masse entsteht. Wer mag, kann jetzt den Honig hinzugeben. AnschlieÃ?end die Teigmasse in runden Fladen auf einem Backblech verteilen. Die angegebene Menge reicht fÃ¼r sechs bis acht Wolken-Brote.

Nach 15 Minuten im Backofen ist der raffinierte Snack bereit zum Verzehr. Tipp: Besonders gut schmeckt er mit Rosmarin bestreut.

Category

1. Low Carb

Date Created

Januar 9, 2019

Author

jeanny

default watermark