

Sommer Rezepte Backen

Obst Kuchen Torteletts

Anzahl: 8 Stück

Gattung: Backen Gebäck, Obst, Frühling, Sommer

250 g	Mehl			- (Fertigprodukt)
65 g	Zucker	2		Msp. Ingwerpulver
1	Ei (Größe M)	250 g		Schokopudding
125 g	Butter			- (Fertigprodukt)
200 g	Getrocknete Hülsenfrüchte - (z.B. Erbsen)	1	Teel.	Instant-Kaffeepulver
250 g	Vanillepudding			Exotische Früchte (TK oder - frisch) zum Verzieren

El Mehl mit Zucker, Ei, Butter, 1 EL kaltem Wasser verkneten, 1 Stunde kühlen. Ofen auf 200 Grad (Gas: Stufe 3) heizen. Teig ausrollen, 8 Tortelett Förmchen (a 8 cm O) damit auskleiden. Backpapier auflegen, mit Erbsen beschweren. 10 Minuten Backen. Erbsen und Papier entfernen, 10 Minuten weiter Backen.

Vanillepudding mit Ingwer mischen, Schokopudding mit Kaffeepulver. Gebäck halb mit Vanille-, halb mit Schokomischung füllen, marmorieren, mit Früchten dekorieren.

Pro Stück: 350 kcal/1470 kJ 45 g Kohlenhydrate, 6 g Eiweiss, 16 g Fett

Die Törtchen sind ganz einfach zuzubereiten, mit Pudding als Fertigprodukt auch ganz schnell.

Wer Zeit hat, sollte sich seinen Pudding selber kochen - wir haben eine halbe Ananas püriert und mit Milch auf die nötige Flüssigkeitsmenge - 500 ml - aufgefüllt und einen Vanillepudding damit gekocht, eine sehr schöne 'frische' Unterlage für das Obst! Auf den Schokopudding habe ich dabei verzichtet.