

Möhrenkuchen mit Erythrit (oder normalem Zucker)



Das brauchst du:

- 500g Karotten (noch nicht geputzt)
- 125 ml Saft von Orangen
- 6 Eigelb und 6 Eiweiß
- 220g Erythrit (oder anderen Zucker)
- 60g Kokosöl
- 450 gemahlene Mandeln
- 1 Päckchen Backpulver

So machst du´s richtig:

- Schäle die Karotten und rasple sie ganz klein.
- Trenne die Eier und schlage das Eiweiß fest.
- Heize den Backofen auf 180 Grad Oberhitze/Unterhitze vor.
- Gib das Eigelb in eine andere Schüssel und schlage das Eigelb so lange, bis es eine cremige Konsistenz aufweist.
- Gib den Zucker bzw. das Erythrit dazu und schlage nochmals so lange, bis sich die Kristalle aufgelöst haben.
- Schmelze in einem Topf das Kokosöl und gib es in die Masse.
- Schlage nochmals die Masse durch.
- Gib den Orangensaft hinzu und schlage nochmals durch.
- Mische die Mandeln und das Backpulver in einer dritten Schüssel durch und gib es auf die Eigelbmasse.
- Gib das Eiweiß auf die Eigelbmasse.
- Hebe das Eiweiß und die Mandeln unter den Teig.

- Backe das Ganze in einer Springform, die du mit Fett und Mehl ausgestäubt hast, im Backofen für 1 Stunde und 5 Minuten.