

Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.
Gesundheitspädagogin (SKA)

<http://www.gesunde-rezepte.de>

Kürbiskuchen-Kopf

200 g weiche Butter	mit
3 El Honig	und
1 Pr. jod. Meersalz	verrühren,
4 Eigelb (Gr. M)	
1 TI Zimt	
1 Msp. Nelken	
Schale von 1 unbeh. Zitrone	zugeben, schaumig rühren
150 g gem. Haselnüsse	und
250 g Weizenvollkornmehl	mit
1 TI Weinsteinbackpulver (ohne Phosphat)	vermischen, dazugeben, sowie
300 g Netto Kürbisfleisch	fein gerieben, unterheben. Sodann
4 Eiklar (Gr.M)	steifgeschlagen vorsichtig unter- heben. Kürbiskopfbackform
ungeh. Pflanzenmarg.	einfetten u. d. Teig einfüllen, glattstreichen, backen: <u>im vorgeheizten</u> Backofen Heißluft, 150°C
	2. Einschubleiste von unten ca. 45 Min.
	auskühlen lassen, stürzen und mit Zitronenglasur bestreichen u. verzieren.
Puderzucker/ Zitronensaft	

Gesamt: 4590 kcal : 18 = 255 kcal