Low Carb Möhrenkuchen im Glas

Zutaten für 6 x 230 ml Gläser:

- 200 g Möhren
- 200 g gemahlene Mandeln
- 3 Eier
- 50 g Quark
- 50 g Frischkäse
- 50 g Butter (geschmolzen)
- 50 g gehackte Nüsse
- 110 g Erythrit
- 1 TL Weinsteinbackpulver
- ½ Vanilleschote (das Mark davon)
- 1 Prise Salz

Arbeitszeit:	ca. 15 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 40 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 55 Minuten

Möhrenkuchen im Glas selber machen - so gehts:

1. Schäle die Möhren und raspel sie grob.

2. Trenne die Eier und schlage das Eiweiß mit dem Salz steif.

3. Gib das Eigelb, Erythrit, Bittermandelaroma und Vanillemark in eine Schüssel und schlage es schaumig.

4. Füge nun den Quark, den Frischkäse und die geschmolzene Butter hinzu.

5. Mixe alles gut durch.

6. Rühre als nächstes die Möhrenraspel unter.

7. Gib die gemahlenen Mandeln und das Backpulver in den Teig.

8. Hebe das Eiweiß und die gehackten Nüsse unter.

9. Heize den Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vor.
10. Fette die Gläser mit etwas Butter ein und verteile den Teig darin.

11. Backe den Möhrenkuchen im Glas für ca. 40 Minuten.

12. Anschließend nimmst du die Gläser aus dem Ofen und verschließt sie sofort mit einem passenden Deckel.

13. Lasse die Gläser auf einem Gitter gut abkühlen.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.