

## Nur Eiweiß

### Index

Auflauf .....	5	Konfekt.....	87
Brot & Brötchen.....	7	Kuchen .....	90
Dessert.....	9	Pikant .....	103
Fisch .....	103	PS .....	105
Fleisch.....	104	Torten .....	95
Gebäck.....	32		

### Inhaltsverzeichnis

Nur Eiweiß.....	1	
Index .....	1	
Inhaltsverzeichnis .....	1	
Auflauf.....	5	
Himbeerauflauf	2 Eiweiß..... 5	
Marzipan - Auflauf mit Orangen	4 Eiweiß .....	6
Brot & Brötchen .....	7	
Einfaches, schnelles Kletzenbrot	2 Eiweiß .....	7
Zedernbrot	2 Eiweiß .....	8
Teebrot	6 Eiweiß .....	8
Dessert .....	9	
1 Eiweiß.....	9	
Nougat II	1 Eiweiß.....	9
2 Eiweiß.....	9	
Ambrosiacreme	2 Eiweiß .....	10
Äpfel mit Turban	2 Eiweiß.....	10
Eisdessert, Sherry mit Beeren	2 Eiweiß.....	11
Frankfurter Bethmännchen	2 Eiweiß .....	11
Kaki-Mousse	2 Eiweiß .....	12
Mandelhörnchen	2 Eiweiß .....	13
Nougat in weiß	2 Eiweiß.....	13
Obst mit Mandelbaiser	2 Eiweiß .....	14
Orangen Karamellisierte	2 Eiweiß .....	14
Orangencreme	2 Eiweiß.....	15
Schokoladen - Mousse	2 Eiweiß.....	16
Sherry - Eisdessert mit Beeren	2 Eiweiß.....	17
Türkischer Honig (1)	2 Eiweiß .....	17
3 Eiweiß.....	18	
Makronen aus Nüssen,	3 Eiweiß .....	18
Makronen-Traum	3 Eiweiß.....	18

Quark-Soufflee auf Fruchtsauce	3 Eiweiß	DIA	19
Tiramisu sehr kalorienarm	3 Eiweiß		20
4 Eiweiß			21
KokosbuserIn 2	4 Eiweiß		21
Mandeltorte / Dessert	evtl 4-6 Eiweiß		21
oder			22
1 Mürbeteig	5 Eigelb		22
ODER			22
ODER			23
ODER			23
Schoko-Minz-Mousse	4 Eiweiß		23
Schokoladenmus	4 Eiweiß	DIA	24
überbackene Banane	4 Eiweiß		25
Vanille-Quark-Soufflé	2 Ei + 4 Eiweiß		25
5 Eiweiß			26
Halval	5 Eiweiß		26
Mascarpone- Parfait mit Obstsalat	5 Eiweiß		27
Sauerkirschencreme	5 Eiweiß		28
6 Eiweiß			28
Halwa, Türkische	6 Eiweiß		28
Zimtbaisermakronen	6 Eiweiß		29
8 Eiweiß			30
Baiser Mokka- Eis	8 Eiweiße		30
10 Eiweiß			30
Blancmange	10 Eiweiß		30
Caramel-Creme	10 Eiweiß		31
Gebäck			32
1 Eiweiß			32
Einfache Spekulatius	1 Eiweiß		32
Gewürzrhomben	1 Eiweiß		32
Hirsekekse	1 Eiweiß		34
2 Eiweiß			34
Amaretti II	2 Eiweiß		34
Ananas-Muffeins	2 Eiweiß		35
Apfelmusmuffeins	2 Eiweiß		35
Aprikosenmuffeins	2 Eiweiß		36
Cappuccinotörtchen	2 Eiweiß		37
Dattelbusserl	2 g Eiweiß		38
Dattelmakronen	2 Eiweiß		38
Feigenschäumchen	2 Eiweiß		39
Gewürzmakronen	2 Eiweiß		40
Husarenkipferl	2 Eiweiß		40
Knusperchen	2 Eiweiße		41
Makronen	2 Eiweiß		42
Mandelherzen, Große	2 Eiweiß		42
Mandelhörnchen	2 Eiweiß		43
Marzipangebäck	2 Eiweiß		43
Nonnenküsschen	2 Eiweiß		44

Nougat in weiß	2 Eiweiß	44
Nussmakronen, Cappuccino	2 Eiweiß	45
Nusszimbällchen	2 Eiweiß	45
Orangen Karamellisierte	2 Eiweiß	46
Ricciarelli	2 Eiweiß	47
Schokoküsse mit Mandeln	2 Eiweiß	48
Weihnachtsguetzli	2 Eiweiß	48
Wespennester	2 Eiweiß	49
Zimtsterne	2 Eiweiß	49
Zimtsterne - das Original	2 Eiweiß	50
3 Eiweiß		51
Ananas - Häufchen	3 Eiweiß	51
Bärentatzen	3 Eiweiß	52
Feigenbusserl	3 Eiweiß	52
Früchte mit Erdnuss - Baiser	3 Eiweiß	53
Gefüllte Mandelmakronen	3 Eiweiß	54
Haselnussmakronen	3 Eiweiß	54
Käse - Nuss - Makronen	3 Eiweiß	55
Kokosmakronen	3 Eiweiß	56
Himbeerlebkuchen	3 Eiweiß	56
Madeleines mit Akazienhonig	3 Eiweiß	57
Makronen	3 Eiweiß	57
Mandelstangen	(3 Eiweiß)	58
Marzipan-Mandel-Hörnchen	3 Eiweiß	58
Nussbusserl	3 Eiweiß	59
Nussmakronen	3 Eiweiß	60
Nusstaler, Knusprige	3 Eiweiß	60
Orangen-Gebäck L'halua dial letschin	3 Eiweiß	60
Orangenmakronen	3 Eiweiß	61
Pfefferminzrauten	3 Eiweiß	62
Schokoladebusserl	(3 Eiweiße)	63
Wespennester	3 Eiweiß	63
Witwenküsse	3 Eiweiß	63
Zimtkugeln.	3 Eiweiß	64
Zimtsterne	3 Eiweiß	64
Zimtsterne	3 Eiweiß	65
Zimtsterne, Super	3 Eiweiß	66
Züri Leckerli	3 Eiweiß	66
Zürileckerli	3 Eiweiß	67
4 Eiweiß		68
Berner Leckerli	4 Eiweiß	68
Brunsli II	(4 Eiweiße)	68
Dattel - Mandel - Makronen	4 Eiweiß	69
Feigen Mandel Makronen	4 Eiweiß	69
Haselnuss-Lebkuchen	4 Eiweiß	70
Haselnusskugeln	4 Eiweiß	71
Haselnussmakronen	4 Eiweiß DIA	72
Kokosberger Riesen-	4 Eiweiß	72

Lebkuchen - Marzipan - Sticks	4 Eiweiß	73
Haselnuss - Makronen	4 Eiweiß	73
Makronen Haselnuss	4 Eiweiß	74
Plätzchen, italienische	4 Eiweiß	74
Schokomandelsplitter	4 Eiweiß	75
Schokotatzen	4 Eiweiß	75
Zimtsterne mit Marzipan	4 Eiweiß	76
5 Eiweiß		77
Dattelnkonfekt	5 Eiweiß	77
Himbeerschäumchen	5 Eiweiß	77
6 Eiweiß		78
Herzoginnen	6 Eiweiß	78
Marzipan - Makronen	6 Eiweiß	79
Nussmakronen mit Schokoladenfüllung	6 Eiweiß	79
Teebrot	6 Eiweiß	80
Zimtbaisermakronen	6 Eiweiß	80
7 Eiweiß		81
Mohn - Powidl - Makronen,	7 Eiweiß	81
Mohnmakronen mit Pflaumenfüllung	7 Eiweiß	82
9 Eiweiß		83
Massepains	9 Eiweiße	83
10 Eiweiß		84
Müsliwürfel	10 Eiweiß	84
G + ml Eiweiß		84
Brunslis	140 g Eiweiß	84
Brunslis- Mutters ----	200 ml Eiweiß	85
Dattelnbusserl	2 g Eiweiß	86
Negerküsse	100 g Eiweiß GF	86
Konfekt		87
Nougat in weiß	2 Eiweiß	87
Nonnenküsschen	2 Eiweiß	88
Königsberger Marzipan	3 Eiweiß	88
Halval	5 Eiweiß	89
Halwa, Türkische	6 Eiweiß	89
Kuchen		90
7 Eiweiß		90
Eiweißkuchen Großmutter	7 Eiweiß	90
Königkrätzer Mohn - Powidl - Makronen	7 Eiweiß	91
Lebkuchen, Glasierte Himbeer - Lebkuchen	7 Eiweiß	91
8 Eiweiß		92
Mohnschlagoberstorte	8 Eiweiß	92
9 Eiweiß		93
Feigenkuchen	9 Eiweiß	93
10 Eiweiß		93
Eiweißkuchen	10 Eiweiß	93
Mandelkuchen , Französischer	10 Eiweiß	94
Torten		95
2 Eiweiß		95

Aprikosentorte DIA	2 Eiweiß	95
4 Eiweiß		96
Birnentorte mit Sahnehaube	4 Eiweiß	96
Birnentorte, Saftige	4 Eiweiß	97
Kirsch-Mandel-Sahne	4 Eiweiß	97
Mandeltorte / Dessert	evtl 4-6 Eiweiß	98
oder		99
1 Mürbeteig	5 Eigelb*	99
ODER		99
ODER		100
ODER		100
8 Eiweiß		100
Bosnische Torte	8 Eiweiß	100
Esterhazytorte	8 Eiweiß	101
11 Eiweiß		102
Bosnische Torte	11 Eiweiß	102
Pikant		103
Zucchini- und Kürbisbeignets	2 Eiweiß	103
Fisch		103
Schillerlockensoufflé	2 Eiweiß	103
Fleisch		104
Lammrücken in Salzkruste	3 Eiweiß	104
Rinderbeinscheibe Consomme	3 Eiweiß	105
PS		105

## Auflauf

### Himbeerauflauf

2 Eiweiß

Portion: 2

- 100 g Zucker
- 2 Eiweiß
- 150 g frische Himbeeren
- 100 g Sahne

Als Dessert haben wir Himbeeren ausgesucht, weil wir einen ganzen Strauch voll haben und schon nicht mehr wissen, wohin mit den Dingen. Man kann für dieses Rezept aber auch Erdbeeren, Heidelbeeren oder sogar Preiselbeeren verwenden.

Zucker in einem Topf oder in einer Pfanne bei mittlerer Wärmezufuhr schmelzen lassen. Er darf nicht braun werden, sonst wird er bitter. In der Zwischenzeit die Eiweiße und die Sahne steif schlagen. Die

Himbeeren pürieren. Die heiße Zuckermasse tropfenweise schnell unter das Eiweiß heben. Himbeerpüree und geschlagene Sahne vorsichtig unter die Eiweiß-Zucker-Masse heben.

Die Masse in 2 Formen füllen und im Gefrierfach frosten. Vor dem Servieren stürzen, evtl. mit geschlagener Sahne garnieren.

Besonderheiten: Tja, da gibt's eine, und zwar muss das Dessert ins Gefrierfach. Aber leider ist im Originalrezept nicht angegeben, wie lange. Wir werden' es mit etwa zwei Stunden probieren, wenn ihr andere Zeitvorgaben wählt, dann wäre es toll, wenn ihr uns sagen würdet, wie's geschmeckt hat.

**Noch ein Tipp**, wenn ihr auch zu viele Himbeeren habt: Die Himbeeren mit 200 g Zucker pro kg aufkochen, pürieren und durch ein Sieb streichen, damit die Kerne zurückbleiben. Etwas Zitronensaft zugeben, in Portionsbecher geben und einfrieren. Kann man als kalte oder heiße Sauce zu Eis, Pudding und Gebäck verwenden.

## Marzipan - Auflauf mit Orangen 4 Eiweiß

Feigen Kompott

Zutaten für 4 Portionen

50 g Mandeln, gehackte

75 g Marzipan

30 g Zucker

½ TL Vanillezucker

1 EL Speisestärke, (20g)

75 ml Milch

4 Ei(er), davon das Eigelb

70 g Kekse (Amarettini)

4 Ei(er), davon das Eiweiß

1 EL Zucker

Butter und Mandelblättchen für die Form

80 g Zucker

40 g Honig

150 ml Wein, weiß

3 Gewürznelken

1 Stange/n Zimt

1 Zitrone(n), unbehandelt, die Schale

1 Vanilleschote(n), das Mark

1 TL Speisestärke

## ZUBEREITUNG

Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Marzipan in Würfel schneiden. Milch, Zucker, und Vanillepulver einmal aufkochen lassen.

Speisestärke mit der restlichen Milch glatt rühren und in die Vanillemilch einrühren und nochmals aufkochen lassen. 4 Eigelb unterrühren und die Creme etwas abkühlen lassen.

Die Mandeln, das Marzipan und Amarettini vorsichtig unter die Creme heben. Eiweiß mit 1 EL Zucker steif schlagen und unter die Masse heben. Eine Auflaufform dünn ausfetten und mit Mandelblättchen ausstreuen, die Masse einfüllen und in den vorgeheizten Backofen schieben. 180° ca. 40 Minuten.

Für das Kompott:

Zucker in einem Topf schmelzen, Honig dazugeben und mit Weißwein ablöschen. Restliche Zutaten zugeben und ca. auf die Hälfte einkochen lassen.

In der Zwischenzeit Feigen waschen, schälen und vierteln. Orangen schälen und filetieren. Die Gewürze aus dem Sud nehmen. Speisestärke mit kaltem Wasser anrühren und den Orangen-Gewürzsud damit leicht binden. Die Feigen und die Orangenfilets zugeben und beiseite stellen.

Den Auflauf aus dem Backofen nehmen und mit Puderzucker bestreuen. Mit dem noch warmen Kompott sofort servieren.

10.11.03 Jungpana

CK

## Brot & Brötchen

### Einfaches, schnelles Kletzenbrot

2 Eiweiß

Zutaten für 8 Portionen

200 g Kletzen, Dörrbirnen, klein schneiden

200 g Pflaumen, Dörrpflaumen, klein schneiden

200 g Aprikose(n), Dörraprikosen, klein schneiden

200 g Feigen, Dörrfeigen, klein schneiden

150 g Datteln, klein schneiden

100 g Sultanine(n), klein schneiden

100 g Haselnüsse, evt. grob gehackt

100 g Mandeln, geschält

100 g Walnüsse, grob gehackt

Rum

1 Orange(n), Saft und Schale

1 Zitrone(n), Saft und Schale

1 Msp. Backpulver

1 TL Zimt

Nelken, gemahlen

Ingwer, gerieben

Piment

250 g Mehl (Roggenmehl)

100 g Butter, flüssig

2 Ei(er), davon das Eiklar  
Salz  
einige Mandeln, geschälte, zum Verzieren

#### ZUBEREITUNG

Das Trockenobst alles zusammen 2 Stunden in Rum ziehen lassen, abtropfen lassen und mit den übrigen Zutaten zu einen Teig kneten, zudecken und gut eine Stunde rasten lassen, danach zu 2 Brotwecken formen, mit ganzen Mandeln bestücken und mit Eiklar oder Milch bestreichen. In der Mitte mit der Probiernadel einige Löcher einstechen. Bei 150° ca. 80 Minuten backen. Nach dem Auskühlen in Klarsichtfolie wickeln.

**Tipp:** Ist ein wunderbares Geschenk und hält sehr lange frisch, kann man gut vorbereiten.

22.11.03 Nora CK

#### Zedernbrot

2 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen  
375 g Mandeln, gemahlen  
2 Zitrone(n)  
375 g Puderzucker

2 Eiweiß

#### ZUBEREITUNG

Schale von 1 Zitrone abreiben. 1 1/2 Zitronen auspressen. Zitronensaft, -schale, Mandeln und Puderzucker mischen. Eiweiß steif schlagen und unter die Mandelmasse heben. Mandelmasse 1 cm dick zwischen 2 Folien ausrollen. Halbmonde ausstechen. Auf 160 Grad 18 - 20 Min. backen. Die restl. halbe Zitrone auspressen. In den Saft so viel gesiebten Puderzucker rühren, dass eine dickliche Creme entsteht. Die Plätzchen etwas auskühlen lassen, dann mit der Glasur bepinseln.

6.11.02 Fabinne CK

#### Teebrot

6 Eiweiß

Eiklar - Verwertung

Zutaten für 8 Portionen  
6 Eiklar  
150 g Puderzucker



1 Prise Salz  
100 g Mandeln oder Nüsse, fein gerieben  
30 g Zitronat oder Arancini, fein gehackt  
40 g Schokolade, gerieben  
50 g Mehl (Weizenmehl)  
50 g Butter, flüssig

#### ZUBEREITUNG

Die 6 Eiklar mit der Hälfte des Zuckers und einer Prise Salz steif schlagen, so dass ein zäher, glänzender Schnee entsteht. Nüsse oder Mandeln, Zitronat oder Arancini, geriebene Schokolade, Mehl und der restliche Zucker werden gut vermischt und mit einem Kochlöffel in den Schnee einmeliert. Zum Schluss wird die lauwarme flüssige Butter vorsichtig eingerührt. Die Masse wird in eine gebutterte und bemehlte, rechteckige Form mit höherem Rand, 4-5 cm dick gefüllt und bei 125-150°C Umluft in mittlerer Schiene 50-55 Min. gebacken.  
Am nächsten Tag in nette Scheiben schneiden.

26.10.03 Traude CK

## Dessert

### 1 Eiweiß

#### Nougat II

#### 1 Eiweiß

1 Eiweiß zu Schnee schlagen mit  
250 g Honig +  
250 g Zucker (Vollrohr) +  
1 El Orangen- o Rosenwasser gut verrühren, dann bei milder Hitze unter ständigen Rühren hellbraun werden lassen +  
500 g geschälte gehackte Mandeln im Rohr goldgelb rösten, dazugeben.

Eine flache Form mit Oblaten (ich nehme Mürbeteig o. Nudelteig) auslegen, die Masse draufstreichen, mit Oblaten/Teig bedecken + mit einem dicken Holzbrett beschweren.

Solange die Masse noch lauwarm ist, in Stücke schneiden.

Statt Mandeln können auch Hasel- o Wallnüsse verwendet werden

### 2 Eiweiß

## Ambrosiacreme

2 Eiweiß

Für 4 Portionen

3 Blatt weiße Gelatine

2 glatt rote Gelatine

2 Becher Magermilchjoghurt (a 150 g)

100 g Frischkäse (z. B. Du darfst) mit Buttermilch

40 g Zucker

2 frische Eiweiß

75 ml Sahne

1 EL gehackte Pistazienkerne

einige Pfefferminzblätter

1. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Joghurt, Frischkäse und Zucker verrühren.

Gelatine in 3 EL heißem Wasser auflösen und unter die Joghurtmasse rühren. Kalt stellen.

2. Sobald die Creme zu gelieren beginnt, Eiweiß steif schlagen und darunter heben. Dessert in Gläser füllen.

3. Sahne steif schlagen. Dessert mit Sahnetupfen, Pistazien und Minze garnieren.

Pro Portion ca. 158 kcal; 11 g E, 10 g F, 6 g KH

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

Frau von heute Nr. 16/04

## Äpfel mit Turban

2 Eiweiß

Türbanly Elma - türkisches Dessert

Zutaten für 4 Portionen

4 m.- große Äpfel

150 g Zucker

150 g Haselnüsse, gehackte

1 EL Sultanine(n)

1 TL Zimt

1 TL Piment, gemahlen

2 TL Vanillezucker

2 Eiweiß

Die Äpfel waschen, schälen und das Kerngehäuse entfernen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Äpfel in einem Topf mit dem Zucker und 1 Tasse Wasser 20 Min. kochen lassen. Dann mit einer Schaumkelle aus dem Sirup nehmen und den Sirup aufheben. Die Haselnüsse, die Sultaninen, den Zimt, das Pimentpulver und den Vanillinzucker mischen und in die Äpfel füllen. Die Äpfel in eine gebutterte Auflaufform setzen. Die Eiweiße zu steifem Schnee schlagen und unter Rühren den Sirup zufügen, so dass eine Creme entsteht. Diese Creme in einen Spritzbeutel füllen und auf den

Äpfeln in Form von einem Turban verteilen. Die Äpfel im Backofen 20-25 Min. leicht braun werden lassen.

4.1.04 Beyza

CK

Eisdessert, Sherry mit Beeren

2 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

2 Eiweiß

80 g Zucker

250 ml Sahne

2 EL Crème double

4 EL Sherry, halbtrocken

50 g Mandeln, gemahlene

250 g Beeren (Stachelbeeren)

250 g Erdbeeren

4 EL Sirup (Himbeersirup)

1 Pck. Vanillezucker

2 EL Pistazien, gehackt

Zum Verzieren:

Erdbeeren

Waffelröllchen

Eiweiß steif schlagen, dabei den Zucker einrieseln lassen. Sahne steif schlagen, nacheinander mit Crème double, Sherry und Mandeln unter den Eischnee heben. In Förmchen füllen und mind. 4 Std. ins Gefrierfach stellen.

Beeren putzen, Himbeersirup erhitzen, Stachelbeeren darin 3-4 Min. dünsten. Erdbeeren klein schneiden, mit Stachelbeeren und Vanillezucker mischen und auskühlen lassen.

Eisdessert auf Teller stürzen, mit den Beeren anrichten. Mit Pistazien, Erdbeeren und Waffelröllchen garnieren.

Von: Hobbykoechin

Frankfurter Bethmännchen 2 Eiweiß

Zutaten für 8 Portionen

250 g Mandeln

1 Ei(er), davon das Eiweiß

1 Prise Salz

150 g Puderzucker

3 EL Rosenwasser aus der Apotheke

20 g Speisestärke

## 2 Eiweiß

Mandeln, halbierte

### ZUBEREITUNG

Mandeln überbrühen, schälen, auf Küchentrepp trocknen und zweimal mahlen. Ein Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und zusammen mit dem Puderzucker, Rosenwasser und der Speisestärke zu den Mandeln geben und verkneten. Eine Rolle formen, gleichmäßige Stücke abschneiden und zu Kugeln von ca. 2 cm Durchmesser formen. Mit Eiweiß bestreichen und an jede Kugel drei abgezogene Mandelhälften setzen und nach oben etwas zusammendrücken. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und ca. 40 Minuten bei 140° C backen.

11.11.01 Charlie CK

## Kaki-Mousse

## 2 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

3 reife Kaki (evtl. 4 Stück)

1 Zitrone(n)

1 t. Vanillezucker

0.1 kg Mascarpone

0.03 kg Pistazien

2 Eiweiße

4 EL Zucker (evtl. 5 EL)

1.5 dl Rahm

Die Haut der Kaki mit einem spitzen Messer abziehen. Frucht halbieren, evtl. Kerne entfernen. Dann pürieren. Zitrone lauwarm waschen, die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Mit Vanillezucker zum Kakipüree geben. Zugedeckt kalt stellen. Die Pistazien fein hacken. Den Mascarpone glatt rühren. Unter das Kakipüree mischen. Kurz vor dem Servieren die Eiweiße steif schlagen. Zucker einrieseln lassen und weiterschlagen, bis die Masse fest ist und glänzt. Den Rahm steif schlagen. Den Eischnee locker darunter ziehen. Dann das Kakipüree nur kurz darunter mischen.

Kaki-Mousse in vorgekühlte Gläser verteilen und mit gehackten Pistazien bestreuen. Sofort servieren.

Dazu passen feine Butterbiskuits oder Amaretti.

Von: Bashiba

## Mandelhörnchen

2 Eiweiß

Zutaten für 8 Portionen

200 g Marzipan - Rohmasse

100 g Mandeln, gemahlene

2 TL Zitronensaft

100 g Puderzucker

2 Eiweiß

100 g Mandeln, gehobelte

100 g Kuvertüre

### ZUBEREITUNG

Marzipan, gemahlene Mandeln, Puderzucker, Zitronensaft und ein Eiweiß zu einem Teig verarbeiten. Daraus Hörnchen formen, mit den 2 Eiweiß bestreichen und dann in den gehobelten Mandeln wälzen.

Im Backofen bei 175 Grad ( Umluft ) ca. 10-15 min goldbraun backen.

Nach dem Auskühlen die Enden in Kuvertüre tauchen.

12.7.03 Sandsturmde CK

## Nougat in weiß

2 Eiweiß

Zutaten für 6 Portionen

300 g Zucker

2 EL Zucker (Traubenzucker)

1 Msp. Salz

50 g Haselnüsse

100 ml Wasser

### 2 Eiweiß

50 g Pistazien

30 g Rosinen

100 g Mandeln, gehobelte

Das Eiweiß mit dem Salz und 20 g Zucker steif schlagen. Den restlichen Zucker und den Traubenzucker mit dem Wasser auf 152°C kochen.

Den heißen Zucker langsam in den Eischnee gießen und schlagen bis die Masse vollkommen kalt ist.

Die restlichen Zutaten untermischen und ca. 2 cm dick auf ein Backblech streichen.

Einen Tag stehen lassen damit die Masse fest wird.

Von: Der\_Chefkoch

## Obst mit Mandelbaiser

2 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

1 TL Butter  
80 g Mandeln, gehäutet und leicht geröstet  
40 g Zwieback  
½ TL Zimt

### 2 Eiweiß

40 g Honig  
1 Prise Salz  
200 g Weintrauben, hell ohne Kern  
200 g Pfirsiche  
200 g Birne(n)  
200 g Brombeeren  
Zitronensaft

### ZUBEREITUNG

Backofen auf 230°C vorheizen. Eine flache ofenfeste Form mit Butter fetten. 50 g Mandeln sehr fein reiben, die übrigen grob hacken. Zwieback mit den gehackten Mandeln und ein wenig Zimt mischen und auf den Boden der Form streuen. Eiweiß mit Honig, Salz und Zimt steif schlagen und mit den geriebenen Mandeln vermischen. Weintrauben halbieren, Pfirsiche und Birnen halbieren, fächerartig in dünne Scheiben schneiden und mit etwas Zitronensaft benetzen, damit sie nicht braun werden. Die Pfirsich- und Birnenfächer in die Form setzen und die Weintrauben und Brombeeren dazwischen verteilen. Mandel-Eiweiß-Masse auf der Oberfläche verteilen und im Backofen etwa 8 Min. goldgelb backen.

15.8.02 Sofi

CK

## Orangen Karamellisierte

2 Eiweiß

in Mandelkörbchen mit Glacé

Zutaten für 6 Portionen

30 g Butter  
50 g Zucker  
etwas Aroma (Mandelaroma)  
50 g Mandeln, gemahlen  
50 g Mehl (Weißmehl)  
2 Eiweiß  
2 Orange(n), unbehandelt  
1 EL Butter  
1.5 dl Orangensaft  
1 EL Grand-Manier (evtl. 2 EL)  
20 Kugeln Vanille - Glacé (kleine Kugeln)

## ZUBEREITUNG

Für die Körbchen die Butter schmelzen, mit dem Zucker, dem Mandelaroma, den Mandeln und dem Mehl vermischen. Backofen auf 180°C vorheizen.

Eiweiß flaumig schlagen, unter die Masse ziehen. Backbleche mit Backpapier belegen. Je ein Sechstel der Masse mit einem Löffel aufs Backpapier geben und zu Rondellen relativ dünn ausstreichen. Bleche in Ofen schieben, Rondellen während 12 - 15 Minuten backen (bis sie leicht braun werden).

Herausnehmen, leicht abkühlen lassen, dann die Rondellen noch warm über Tassen drücken, sodass sie die Form eines Körbchens annehmen, abkühlen lassen.

Die Orangen waschen, mit Schale in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Butter und Zucker in weite Bratpfanne geben, unter Rühren erhitzen, bis der Zucker schön karamellisiert hat. Mit dem Orangensaft ablöschen, rühren, bis sich alles aufgelöst hat.

Orangenscheiben hineinlegen und darin köcheln lassen, bis der Karamell dicklich geworden ist und die Orangen damit überzogen sind. Zum Schluss den Grand Marnier zufügen.

Zum Anrichten je 2 kleine Kugeln Vanilleglacé in die Körbchen geben, die noch leicht warmen Orangenscheiben darauf anrichten, nach Belieben mit Schlagrahm garnieren.

9.3.02 Bashiba

CK

Orangencreme

2 Eiweiß

Für 4 Personen

Zubereitungszeit 45 Min

Kühlzeit: 4-5 Std.

Pro Person: 563 kcal, 76 g KH 16 g Fett = 25,64 % kcal aus Fett

Zutaten:

10 große Orangen

2 Päckchen Gelatine

1 Fläschchen Rum-Aroma

2 Päckchen Bourbon-Vanillezucker

250 g Magerquark

250 g Dickmilch

2 Eiweiß

200 g Sahne

Die Orangen schälen, filetieren und mit dem aufgefangenen Saft und der Gelatine in einem großen Topf auf kleinster Flamme auf den Herd stellen, damit sich die Gelatine auflöst.

In der Zwischenzeit den Zucker mit dem Rum-Aroma, den Päckchen Bourbon-Vanillezucker, dem Quark und der Dickmilch mit dem Handrührgerät auf mittlerer Stufe verrühren, bis sich der Zucker komplett gelöst hat.

Die lauwarme Fruchtmasse unter das Quark-Joghurt-Gemisch rühren und 30 Min in den Kühlschrank stellen. Dann nacheinander die Eiweiße zu Schnee und die Sahne steif schlagen. Zuerst die Sahne unter die Fruchtmasse rühren und ganz zum Schluss den Eischnee unterheben, die Creme in etwa 4 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

TIPP: Besonders hübsch sieht es aus, wenn Sie zum Servieren mit einem Löffel für jeden Teller 2 Klößchen von der Orangencreme abstechen und mit ein paar frischen Orangenfilets anrichten. Das Dessert mit Zitronenmelisseblättchen garnieren.

Schokoladen - Mousse

2 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

2 Eiweiß

1 Prise Salz

2 EL Zucker

½ Becher Schlagsahne (100 g )

50 g Pistazien

100 g Kuvertüre, Zartbitter

30 g Schokolade, weiße

#### ZUBEREITUNG

Eiweiß und Salz schaumig schlagen. 1 EL Zucker dazugeben, zu steifen Schnee schlagen. Kühl stellen. Schlagsahne mit dem restlichen Zucker steif schlagen, ebenfalls kühl stellen.

Pistazienkerne fein hacken.

Kuvertüre fein hacken und im warmen Wasserbad schmelzen lassen. Im kalten Wasserbad unter ständigem Rühren abkühlen lassen. Die Kuvertüre muss noch flüssig, darf aber nicht zu heiß sein.

Die lauwarme Kuvertüre vorsichtig mit dem Eischnee mischen. Die Sahne und die Pistazienkerne unterheben. Die Mousse in eine Dessertschüssel füllen und am besten über Nacht kalt stellen.



Zum Servieren mit einem nassen Löffel Klößchen abstechen und auf vier Teller anrichten. Weiße Schokolade darüber reiben.

28.3.03 Mecky

CK

### Sherry - Eisdessert mit Beeren 2 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

#### 2 Eiweiß

80 g Zucker  
250 ml Sahne  
2 EL Crème double  
4 EL Sherry, halbtrocken  
50 g Mandeln, gemahlene  
250 g Beeren (Stachelbeeren)  
250 g Erdbeeren  
4 EL Sirup (Himbeersirup)  
1 Pck. Vanillezucker  
2 EL Pistazien, gehackt

#### Zum Verzieren:

Erdbeeren  
Waffelröllchen

#### ZUBEREITUNG

**Eiweiß steif schlagen**, dabei den Zucker einrieseln lassen. Sahne steif schlagen, nacheinander mit Crème double, Sherry und Mandeln unter den Eischnee heben. In Förmchen füllen und mind. 4 Std. ins Gefrierfach stellen.

Beeren putzen, Himbeersirup erhitzen, Stachelbeeren darin 3-4 Min. dünsten. Erdbeeren klein schneiden, mit Stachelbeeren und Vanillezucker mischen und auskühlen lassen.

Eisdessert auf Teller stürzen, mit den Beeren anrichten. Mit Pistazien, Erdbeeren und Waffelröllchen garnieren.

3.5.02 Hobbykoechin CK

### Türkischer Honig (1)

2 Eiweiß

250 g Zucker  
150 g Honig  
150 g ;Wasser

## 2 Eiweiß

300 g Mandeln; geröstet  
125 g Pistazien

Zucker, Wasser und Honig zusammen auf 143°C erhitzen, dann etwas abkühlen lassen und die steifgeschlagenen Eiweiß reinlaufen lassen, die Masse wird dann ziemlich fest. Die gerösteten Mandeln und Pistazien drunter arbeiten, ganz abkühlen lassen, fertig.

## 3 Eiweiß

Makronen aus Nüssen,

3 Eiweiß

Mandeln und Schokolade

Einfache Zubereitung

Zutaten für 20 Portionen

### 3 Eiweiß

200 g Zucker, feiner (Puderzucker)  
1 Pck. Vanillezucker  
125 g Schokolade, gehackte (zartbitter)  
250 g Mandeln, ungeschälte gehackte oder Wal-, Haselnüsse

### ZUBEREITUNG

**Eiweiß steif schlagen**, Zucker & Vanillezucker zufügen, weiter schlagen. Die Schokolade & Mandeln, Nüsse vorsichtig unterheben. Den Teig mit 2 Teelöffeln in kleinen Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen.

Bei 150°, 20 - 25 Min. backen bei Umluft etwas niedriger. Danach nicht sofort entfernen, löst sich besser.

18.12.03 Leweli CK

Makronen-Traum

3 Eiweiß

Zutaten für 25 Portionen  
3 Ei(er), das Eiweiß davon  
150 g Zucker, fein  
1 TL FUCHS Vanillezucker  
150 g Mandeln, gemahlen

½ TL FUCHS Anis, gemahlen  
½ TL FUCHS Zimt, gemahlen  
30 g Mandeln, gehackt  
100 g Kuvertüre

**Eiweiße sehr steif schlagen**, Zucker und Fuchs Vanillezucker einrieseln lassen und so lange weiter rühren, bis der Zucker sich vollständig gelöst hat. Gemahlene Mandeln und Fuchs Gewürze vorsichtig unterheben. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und mit Hilfe von zwei Teelöffeln kleine Häufchen der Makronen-Masse darauf setzen. Mit gehackten Mandeln bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 125 Grad ca. 50 Minuten backen. Makronen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und mit aufgelöster Kuvertüre dekorativ verzieren. Nach Wunsch mit Zimt bestäuben.

Backzeit: ca. 50 Minuten

19.11.02

### Quark-Soufflee auf Fruchtsauce      3 Eiweiß    DIA

Zutaten für 4 Portionen:

100 g Äpfel,  
60 g Birnen,  
1 EL Zitronensaft,  
250 g Magerquark,  
6 g Vanillepuddingpulver,  
10 g fein gehackte Pistazienkerne,  
Mark von 1/4 Vanilleschote,  
1/2 TL Zitronat,  
3 Eiweiß,  
1 Prise Zimt  
1/2 TL flüssiger Süßstoff,  
200 g Tiefkühl-Heidelbeeren,  
4 Soufflee-Förmchen (Durchmesser: 10-11 cm),  
1 TL Sonnenblumenmargarine zum Einfetten

Zubereitungszeit: etwa 105 Minuten,

Apfel und Birne schälen, das Fruchtfleisch würfeln und mit Zitronensaft beträufeln.

Magerquark und Puddingpulver mit einem Schneebesen zu einer geschmeidigen Creme verrühren. Pistazien, Vanillemark, Zitronat und ein Eiweiß untermischen, mit Zimt und Süßstoff abschmecken. Danach vorsichtig das Obst unterheben.

Restliches Eiweiß mit einem Spritzer Zitronensaft steif schlagen, unter die Masse heben und in die eingefetteten Förmchen füllen.

Die Förmchen in eine mit Wasser gefüllte, feuerfeste Form setzen und in den auf 190 °C (Umluft 170 °C, Gas Stufe 3) vorgeheizten Backofen stellen. Die Soufflees dann bei 180 °C (Umluft 160 °C; Gas Stufe 3) etwa 1 Stunde backen.

Inzwischen die Beeren pürieren, mit Süßstoff süßen und auf vier Teller verteilen. Die Soufflees vorsichtig stürzen, sofort umdrehen, auf die Sauce setzen und direkt servieren.

1 Portion enthält:  
134 Kilokalorien/  
562 Kilojoule  
13 g Eiweiß  
3 g Fett  
13 g Kohlenhydrate  
4 g Ballaststoffe  
0,5 BE

### Tiramisu sehr kalorienarm

### 3 Eiweiß

Zutaten für Portionen  
1 Pck. Puddingpulver, Vanille  
250 ml Milch (Magermilch)  
120 g Zucker  
250 g Quark (Magerquark)

### 3 Eiweiß

24 Löffelbiskuits  
150 ml Kaffee (Espresso, ca. 2 Tassen)  
2 EL Kakaopulver

### ZUBEREITUNG

Laut Packungsangabe einen Vanillepudding mit der Milch und 40 g Zucker zubereiten und kalt stellen.

Quark und den restlichen Zucker mit dem Handrührgerät cremig schlagen und den Pudding unterheben. Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und unter die Puddingmasse heben.

Löffelbiskuits mit dem Espresso beträufeln und abwechselnd mit der Creme in eine Form schichten, wobei die letzte Schicht aus Creme bestehen sollte.

Tiramisu dick mit gesiebttem Kakaopulver bestreuen und für 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

28.02.03 Hideaway CK

## 4 Eiweiß

Kokosbusslerln 2

4 Eiweiß

Kokosmandelbusslerln

Zutaten für 8 Portionen

50 g Mandeln, geschält u. gerieben

## 4 Eiweiß

200 g Puderzucker

1 EL Zitronensaft

200 g Kokosraspel

1 Pck. Oblaten

## ZUBEREITUNG

Mandeln blanchieren, schälen, reiben. (oder geschälte Mandeln kaufen). Eiklar zu sehr festem Schnee schlagen, Zucker und Zitronensaft einschlagen, Kokosraspel und Mandeln vermischen und in die Schaummasse mengen.

Mit 2 Kaffeelöffeln auf die Oblaten kleine Busslerln setzen und bei 170 Grad hellgelb backen.

Tipp: Eine Prise Salz in das Eiweiß geben.

Sind die Kokosbusslerln immer nach dem Backen weich und am nächsten Tag hart ? Dann war die Temperatur zu niedrig. Lieber mit höherer Temperatur - dafür kürzer im Rohr lassen. (beobachten und notieren)

20.12.02 Nora CK

## Mandeltorte / Dessert evtl 4-6 Eiweiß

8 Blatt (23 cm ) oder

2 Tüten Blattgelatine , nach Vorschrift des Herstellers bereiten

1000 g Mager Quark

400 g Mandeln geröstet, abkühlen + gem

5 El Back Kakaopulver

3- 5 El Rum 54 %

250 ml Milch oder mehr

250 g Vollrohr Zucker

1-2 Tüten Bourbone Vanille Zucker

1 Prise Salz

2 x 200 g süße Sahne mit  
2 Tüten Sahnesteif schlagen ODER

4- 6 Eiweiß mit  
1 Prise Salz sehr steif schlagen

6-8 einfache Baiser ,  
zwischen 2 Handtücher legen, + leicht mit einem Nudelholz drüber fahren,  
nicht zu klein , es sollten noch Stückchen erkennbar sein

oder

1 Mürbeteig 5 Eigelb

100 g Haselnüsse; gemahlen  
150 g Haselnüsse; gehackt  
150 g Getreideschrot / Buchweizen + Mais je die Hälfte  
5 Eigelb  
150 g Butter/ Margarine  
; Vollmeersalz  
1 El Honig

gut vermischen, + für ca 30 min kalt stellen. Dann in eine 26 cm mit Back-  
papier ausgelegte Springform, den Boden bedecken,  
wer den Boden nicht so dick haben will, nehme ca die Hälfte, der Zutaten.

Zubereitung

Mit Mürbeteigboden

Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren. Dann dies in die Gelatine  
einmischen,  
die Masse auf den vorbereiteten Mürbeteig, in die Springform, geben.

Bei ca 160 ° C Umluft ohne vorheizen ca 50 min , backen.  
Abkühlen, + dann eine Nacht im Kühlschrank , sich verfestigen lassen.

ODER

Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren.  
Dann dies in die Gelatine einmischen,  
vorsichtig die steifgeschlagene s. Sahne oder Steifgeschlagenes Eiweiß  
unterheben.  
Den zerkrümelten Baiser , in eine 26 cm mit Backpapier ausgelegte  
Springform , ca 1 cm hoch legen,  
dann die Teigmasse auffüllen .

ab in den Kühlschrank, am besten über Nacht.

## ODER

Ohne Boden,  
Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren.  
Dann dies in die Gelatine einmischen,  
vorsichtig die steifgeschlagene s. Sahne oder Steifgeschlagenes Eiweiß  
unterheben.  
in eine 26 cm mit Backpapier ausgelegte Springform geben

ab in den Kühlschrank, am besten über Nacht.

## ODER

Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren.  
Dann dies in die Gelatine einmischen,  
vorsichtig die steifgeschlagene s. Sahne oder Steifgeschlagenes Eiweiß  
unterheben.  
+ in vorbereitete , ( mit kalt Wasser ausgespülte) Dessert Glasschüssel,  
geben

0,25 l Becher , ca 0,2 l voll, ergibt ca 10 Becher. Je nach Menge, von Ei-  
weiß + bzw süße Sahne

Wer will , kann noch kurz vor dem servieren, steifgeschlagene s. Sahne  
drauf geben

08.07.2004 Hans60 alle Möglichkeiten getestet, mir sagten sie alle zu.

Schoko-Minz-Mousse

4 Eiweiß

Für 4 Personen  
Zubereitungszeit 10 Min  
Kühlzeit: 1 Std.

Pro Person: 217 kcal, 4,5 g Fett  
= 19 % kcal aus Fett

Zutaten:

18 Stück Schokolade-Pfefferminz-Täfelchen (After Eight)

#### 4 Eiweiß

4 Erdbeeren (nach Saison)

Minzeblättchen zum Dekorieren

Puderzucker zum Bestäuben

Die Schoko-Minze-Täfelchen zerbrechen und bei milder Hitze in der Mikrowelle oder im Wasserbad schmelzen lassen. Die Eiweiße sehr steif schlagen und etwa ein Drittel des Eischnees mit dem Schneebesen unter die warme Schokolade-Pfefferminz-Masse rühren. Diese Masse dann zum restlichen Eischnee geben und vorsichtig unterheben, bis keine weißen Flocken mehr sichtbar sind.

Die Schoko-Minz-Mousse in Dessertschalen füllen und kalt stellen.

Zum Servieren die Mousse mit Erdbeeren und Minzeblättchen garnieren und mit Puderzucker bestäuben. Eventuell noch 2 Schokolade-Pfefferminz-Täfelchen dazu reichen.

Schokoladenmus    4 Eiweiß    DIA

#### 4 Eiklar

300 g    Magertopfen / Quark

15 g Kakaopulver (Instant)

Flüssiger Süßstoff

Minzeblätter zum Garnieren

Formularbeginn

Magertopfen, Kakao und einige Tropfen flüssigen Süßstoff verrühren. Das Eiklar mit etwas Süßstoff cremig schlagen. Eischnee unter die Kakao-Topfen-Masse heben und in Gläser oder Schälchen abfüllen. Mit Minzeblättern garnieren. Anmerkung: Das Schokoladenmus kann ohne weiteres 1 Stunde im Kühlschrank aufbewahrt werden, ohne dass sich das Eiklar von der Masse absetzt.



## Überbackene Banane

4 Eiweiß

Platano al Horno -

Dieses Dessert erfordert etwas Zeit. Jedoch wird Ihr mexikanisches Essen einen einmaligen Ausklang für den Gaumen finden.

Zutaten für 4 - 6 Personen

5 Bananen

1 Limone

2 EL Butter

100 g Zucker (ideal brauner Zucker)

100 g gehackte Walnusskerne

4 Eiweiß

ca. 1 Prise Salz

1. Schälen Sie die Bananen. Teilen Sie diese einmal längs und einmal quer. Waschen Sie die Limone heiß ab, trocknen und feinstreifig die Schale entfernen oder raspeln und aufbewahren. Limone auspressen und über die Bananen träufeln.
2. Heizen Sie den Backofen auf 200° vor. Fetten Sie eine feuerfeste Form mit etwas Butter aus, legen die Bananen hinein und verteilen die restliche Butter über die Bananenstücken. Mit einem Esslöffel Zucker und der Hälfte der Walnussstückchen bestreuen.
3. Den restlichen Zucker im Mixer staubfein mahlen. Schlagen Sie die Eiweiße zusammen mit dem Salz und der Hälfte des Staubzuckers steif. Danach den restlichen Zucker mit einem Schneebesen unterrühren. Fügen Sie die restlichen Nussstückchen hinzu und übergießen Sie die Bananen mit dem Eischnee.
4. Ca. 20 Minuten die Bananen backen, bis der Eischnee schön gebräunt ist. Auf die Teller verteilen und mit den Limonenstreifen oder Raspeln verzieren. Sie können auch andere raffinierte Verzierungen verwenden.

## Vanille-Quark-Soufflé

2 Ei + 4 Eiweiß

Für 4 Personen

Zubereitungszeit 15 Min

Backzeit: 25-30 Min

Pro Person: 196 kcal, 18 g KH, 5 g Fett = 23 % kcal aus Fett

Zutaten:

300 g Magerquark

2 Eier

30 g Mehl

20 g brauner Zucker

3 Päckchen Bourbon-Vanillezucker  
abgeriebene Schale 1/2 unbehandelten Zitrone

#### 4 Eiweiß

Salz  
1 TL Butter  
Zucker zum Bestreuen

Mit dem Handrührgerät den Quark, die Eier, das Mehl, den Zucker, den Vanillezucker und die Zitronenschale glatt rühren. Die Masse 2 Stunden kalt stellen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz sehr steif schlagen. Zuerst 3 EL Eischnee kräftig unter die Quarkmasse rühren, dann den Rest vorsichtig unterheben. Eine große feuerfeste Form oder kleine dickwandige Tassen mit Butter ausstreichen, mit Zucker austreuen und die Soufflémasse einfüllen. Die Form darf nur zu zwei Drittel gefüllt sein. Das Soufflé 25 bis 30 Min (bei Tassen nur 15 Min) backen. Den Backofen die ersten 10 Min. nicht öffnen, da Soufflé fällt sonst sofort zusammen.

#### PS

konnte nicht widerstehen, dies Rezept, welches an für sich hier nicht rein gehört.... Hans60

#### 5 Eiweiß

Halval                      5 Eiweiß

#### 5 Eiweiß

300 g Puderzucker  
100 g kandierte Früchte feingehackt  
150 g dünnflüssiger Honig  
150 g Mandeln grobgehackt  
2 groß. Oblaten

Eiweiß zu Schnee schlagen, Zucker dazugeben und weiterschlagen, bis eine glatte glänzende Masse entsteht, den Honig dazugeben und im Wasserbad 25 Minuten lang unter ständigem Rühren kochen. Die Mandeln und kandierten Früchte unterrühren und die Masse auf eine Oblate streichen mit der zweiten Oblate zudecken, etwas zusammendrücken und erkalten lassen. Die Halva in längliche

Würfel schneiden.

#### 8.4.04 Schraegervogel CK

### Mascarpone- Parfait mit Obstsalat

5 Eiweiß

Zutaten für 8 Portionen

2 Vanilleschote(n)

500 g Mascarpone

2 Blatt Gelatine, weiß

230 g Zucker

125 g Schokolade, hauchdünne bittere Tafelchen

### 5 Eiweiß

150 g Kekse (Amarettini), kleine Mandelkekse

50 g Mandeln, ungeschälte

400 g Kirschen, Sauerkirschen

4 Nektarine(n)

10 EL Creme de Cassis

1 TL Öl

### ZUBEREITUNG

Am Tag vorher eine Kastenform (1 l) glatt mit Klarsichtfolie auslegen. Die Vanilleschoten aufschlitzen, das Mark herauskratzen und mit dem Mascarpone verrühren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die ausgekratzten Vanilleschoten, 200 g Zucker und 1/8 l Wasser auf die Hälfte einkochen lassen. Die Vanilleschoten entfernen. Die Gelatine ausdrücken und im Zuckersirup auflösen. Die Schokolade grob hacken. **Das Eiweiß halbstEIF schlagen**, den Zuckersirup nach und nach zugießen. Das Eiweiß 4 Minuten weiterschlagen und unter den Mascarpone rühren. Die Kekse und die Schokolade mit dem Spatel unterheben. Die Parfaitmasse in die Form füllen und über Nacht gefrieren lassen. Am nächsten Tag den restlichen Zucker mit den Mandeln in einer Pfanne schmelzen lassen. Ein Stück Alufolie mit Öl einpinseln, die Zuckermanteln glatt darauf ausbreiten und nach dem Kaltwerden in Stücke brechen.

Inzwischen die Kirschen (oder man nimmt welche aus dem Glas) entsteinen. Die Nektarinen in Spalten vom Stein schneiden. Das Obst mit dem Likör mischen. Das Parfait kurz antauen lassen, mit der Folie aus der Form lösen. Die Folie entfernen. Das Parfait in Scheiben schneiden und mit dem Salat und den Mandeln auf Portionstellern anrichten.

#### 8.5.01 Nearlyheadlessnick CK

## Sauerkirschencreme 5 Eiweiß

1 kg entsteinte Sauerkirschen

### 5 Eiweiß

100 g Puderzucker  
die abgeriebene Schale einer Zitrone  
ein Becher Schmand

Die Sauerkirschen in eine große Schüssel geben. Fünf Eiweiß ganz steif schlagen. Nun den Puderzucker und die Zitronenschale langsam unterheben. Zum Schluss den Schmand unterziehen. Diese Creme über die Sauerkirschen geben und zwei Stunden im Kühlschrank kaltstellen. Dieser Nachtisch ist gut anzurichten, wenn die Zeit einmal drückt.

### 6 Eiweiß

## Halwa, Türkische 6 Eiweiß

Muss innerhalb von 5 Tagen verzehrt sein!

Zutaten für 56 Portionen  
75 g Sesam  
150 g Mandeln, abgezogen  
50 g Orangeat  
50 g Zitronat  
50 g Kirschen (Belegkirschen), rot und grün

### 6 Eiweiß

1 Prise Salz  
350 g Zucker  
100 g Honig  
2 EL Rosenwasser, (Apotheke)  
8 Oblaten, 10x20 cm

### ZUBEREITUNG

Die Sesamsamen in einer Pfanne ohne Fett unter ständigem Rühren hellbraun rösten und abkühlen lassen.

Die Mandeln mit dem Zitronat, dem Orangeat, den roten und grünen Belegkirschen klein hacken. Die Eiweiße mit dem Salz zu steifem Schnee schlagen. Den Zucker in den Eischnee rieseln lassen und weiterschlagen, bis der Eischnee gut glänzt.

Die Schüssel mit dem Eischnee ins Wasserbad stellen und die Masse unter Rühren im Wasserbad erhitzen. Nach und nach den Honig unter die Eiweißmasse rühren. Das Wasser im Wasserbad darf leicht kochen. Die Masse so lange weiterrühren, bis sie beginnt, fest zu werden; das dauert

etwa 30 Minuten. Die feste Masse aus dem Wasserbad heben und mit den Sesamsamen, den kleingehackten Früchten und dem Rosenwasser mischen.

Vier Backoblaten nebeneinander auf ein Holzbrett legen und mit einem nassen Messer die Halwamasse glatt auf die Oblaten streichen. Die Masse mit den restlichen vier Oblaten bedecken, ein zweites Holzbrettchen drauflegen, behutsam glätten und alles im Kühlschrank etwa 24 Stunden fest werden lassen.

Das Halwa dann in etwa 3 cm breite und 5 cm lange Streifen schneiden.

19.5.04 Chop Suey CK

### Zimtbaisermakronen 6 Eiweiß

Portion/en: 30

6 Eiweiß  
1 Prise Salz  
250 g Puderzucker  
10 g Vanillezucker  
200 g Mandeln; gemahlen  
100 g Haselnüsse; gemahlen  
1 1/2 El Zimt  
50 g Mehl

Eiweiß mit Salz steif schlagen. Dabei langsam Zucker und Vanillezucker einrieseln lassen. Von diesem Baiser eine Tasse voll abnehmen (Menge bezogen auf 30 Stück).

Mandeln, Nüsse, Zimt und Mehl unterheben. Dabei vorsichtig rühren, damit der Teig seine luftige Konsistenz behält.

Diesen Teig in einen Spritzbeutel mit breiter Sternlochtülle füllen, 5 bis 6 cm breite, ca. 15 mm hohe Häufchen auf das mit Backpapier belegte Blech spritzen.

Mit der beiseite gelegten Baisermasse üppig bestreichen und im auf 160 Grad vorgeheizten Ofen ca. 50 Minuten backen; nach 20 Minuten, die Ofentemperatur auf 140 Grad C herabsetzen.

29.10.04

habe zwei Versuche unternommen,  
sind mir beide Misslungen,  
Hans60

## 8 Eiweiß

Baiser Mokka- Eis

8 Eiweiße

0,25 l Eiweiß von etwa 8 Eiern

375 g Zucker

30 g Speisestärke

1 El Instant- Pulverkaffee

0,25 l Sahne

3 El Zucker

200 g Sauerkirschen aus dem Glas

2 Vanilleeis

Backblech mit Backpapier auslegen

Den Backofen auf 100° vorheizen

Die Eiweiße mit der Hälfte des Zuckers zu steifen Schnee schlagen.

Den restlichen Zucker mit der Stärke mischen + unter den Eischnee ziehen ( nicht mit dem elek. Handrührer)

Die Baisermasse in ein Spritzbeutel mit Sterntülle füllen + auf das Backblech 15 Rosetten spritzen.

Die Baiser auf die mittlere Schiebeleiste über Nacht trocknen lassen. Dabei die Backofentür mit einem Kochlöffel einen Spalt offen halten.

Den Pulverkaffee mit 1 El heißen Wasser auflösen + erkalten lassen.

Die Sahne mit Zucker steif schlagen + den Kaffee unterrühren.

Die Sahne mit einem Spritzbeutel ringförmig auf die Baisers spritzen.

Einige Kirschen in die Sahne legen,

je 1 Scheibe Vanilleeis über die Kirschen legen + die restlichen drauflegen

Sonntag, 18. Mai 2003 Hans60 getestet, gut

## 10 Eiweiß

Blancmange 10 Eiweiß

Zutaten für 14-16 Personen

1 1/8 l Milch

70 gr Stärke

10 Eiweiß

70 g süße und 4 Stück bittere geriebene Mandeln

100 g Zucker

Zitronenschale und ganzer Zimmt.

Milch, Mandeln, Zucker und Gewürz werden langsam zum Kochen gebracht, damit letzteres gut auszieht, dann entfernt. Ist dies geschehen, so lasse man die Stärke, mit etwas kaltem Wasser zerrührt, gut durchkochen, nehme den Topf vom Feuer, rühre den steifen Eiweißschaum durch und schütte das Blancmange in eine umgespülte Form. Erkalte, stürze man dasselbe auf eine Schüssel und gebe einer kaltgewordene Sauce oder eine Sauce von frischen Johannisbeeren mit.

Auch kann man von 6 Eidottern,

7/8 l Milch, 1 Tl Stärke, Zucker und etwas mit Zucker feingestoßener Vanille unter stetem Rühren eine Sauce gekocht werden; viel angenehmer sind jedoch Frucht- und Weinsaucen dazu.

Kochbuch 1882

Kann man auch gut mit weniger Personen verdrücken Hans60, getestet.

## Caramel-Creme

## 10 Eiweiß

Portion/en: 1

3 El Mehl  
2 El Butter  
1/4 l ; Wasser  
10 Eigelb  
300 g Zucker  
1/2 Tl ; Salz  
1 l Milch  
8 cl Süßen Portwein  
1/2 Zitrone; die Schale

Mehl in einem großen Topf mit Wasser erhitzen, glattrühren. Butter, Salz und die geriebene Zitronenschale dazugeben. Rühren.

Verschlagen Sie die Eigelb miteinander, und rühren Sie diese darunter (den Topf immer auf kleiner Flamme halten!). Zucker unter ständigem Rühren einstreuen. Den süßen Portwein und schließlich die Milch dazugießen und so lange rühren, bis alle Zutaten gleichmäßig eingedickt sind.

Die Creme im Kühlschrank erkalten lassen, in Dessertschalen abfüllen und mit dem restlichen Zucker bestreuen.

Karamellisieren Sie den Zucker mit einem glühenden Eisen (z.B. einem Kartoffelstampfer). Während sich der Rauch entwickelt, werden Sie Zeuge, wie sich dieser Nachttisch in einem Traum verwandelt...

## Gebäck

### 1 Eiweiß

#### Einfache Spekulatius

#### 1 Eiweiß

Zutaten für 80 Portionen

500 g Mehl

1 Pck. Backpulver

250 g Zucker

1 TL Zimt

60 g Mandeln, gemahlen

250 g Butter, kalte

5 EL Milch

1 Ei(er), davon das Eiweiß

50 g Mandeln, in Blättchen

#### ZUBEREITUNG

Mehl, Backpulver, Zucker, Zimt, Mandeln und kleingeschnittene Butter auf die Arbeitsfläche häufen. In die Mitte eine Mulde drücken und die Milch hineingießen. Alles mit einem großen Messer durchhacken und mit den Händen rasch zu einem Mürbeteig verkneten. Zugedeckt 2 Stunden kaltstellen. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche dünn ausrollen und Motive ausstechen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Spekulatius mit verquirltem Eiweiß bestreichen, mit Mandelblättchen bestreuen. Im Ofen auf der mittleren Schiene 12 bis 15 Minuten backen.

27.2.02 Hobbykoechin CK

#### Gewürzrhomben

#### 1 Eiweiß

80 Stück

Teig:

100 g Zitronat



190 g Orangeat  
75 g Korinthen  
4 EL Rum  
1,5 TL Pottasche  
3 EL Milch  
250 g Weizen <<>>> ODER  
200 g Buchweizen + 50 g Sojaschrot gem., oder 50 g Kichererbsen gem.

200 g Haselnüsse  
200 g Mandeln  
1,5 TL Pfefferkuchengewürz  
1 Vanilleschote  
0.25 TL Salz  
200 g Honig  
200 g Zuckersirup, dunkel  
3 EL Sahne

#### Guss:

100 g Puderzucker  
2 EL Zitronensaft

#### 1 Eiweiß

100 g Mandeln

Zitronat und Orangeat mit dem Universalzerkleinerer (Blödsinn) Mandel- oder Gemüsemühle, zerkleinern,

Korinthen und Rum zugeben und durchziehen lassen.

Pottasche in Milch auflösen. Getreide in der Getreidemühle fein, Haselnüsse und Mandeln in oder Mandel- oder Gemüsemühle, (Universalzerkleinerer) fein mahlen.

Alle Zutaten für den Teig in eine Rührschüssel geben und mit dem Handrührgerät zu einem geschmeidigen Teig zusammenkneten, auf ein gefettetes /mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen und backen.

Schaltung:

180 - 200°, 2. Schiebeleiste v.u.

160 - 180°, Umluftbackofen

ca. 20 Minuten

Puderzucker mit Zitronensaft und Eiweiß glattrühren. Mandeln in kochendes Wasser geben ( ca 120 sek), abziehen. Den Kuchen nach dem Backen sofort in Rhomben schneiden. Abgekühlte Gebäckstücke mit Zuckerguss bestreichen und mit einer halben Mandel verzieren.

Ergibt ca. 80 Stück

## Hirsekekse

1 Eiweiß

### Zutaten

Für etwa 70 Stück

150 g Hirseflocken

100 g Mehl

120 g gemahlene Haselnüsse

100 g Dattelmarm

100 g Butter oder Margarine

### 1 Eiweiß

Pinienkerne oder andere Nusskerne zum Belegen

### Zubereitung

Hirseflocken, Mehl, Nüsse, Dattelmarm und Fett verkneten. Den Teig 30 Minuten kalt stellen. Zwischen Klarsichtfolie etwa einen halben Zentimeter dick ausrollen. Kleine Quadrate ausschneiden. Jedes Quadrat mit Eiweiß bestreichen und mit Pinienkernen belegen. Auf vorbereitete Backbleche legen und in den Backofen schieben. Auf 175 Grad schalten und etwa 15 Minuten backen; das nächste Blech nur 10 Minuten.

\*

Pro Stück ca. 40 Kalorien / 167 kJ

eingetippt am 26.05.1993

## 2 Eiweiß

## Amaretti

II

2 Eiweiß

### Zutaten

250 g Mandeln

2 Eiweiß

1 Prise Salz

200 g Zucker

8 Tropfen Bittermandelöl / oder

4 bittere Mandeln

Beide Sorten Mandeln , ca 2 min in kochendes Wasser geben, lassen sich dann gut pellen

Mandeln schälen, dann im Ofen bei 100 Grad 1 Std. trocknen lassen.

Anschließend fein reiben.

**Eiweiß mit Salz steif schlagen**, dabei Zucker einrieseln lassen, 2 Min. weiterschlagen. Mandeln untermischen und Bittermandelöl zugeben.

Mit zwei Teelöffeln Makronen auf Backpapier setzen.

Im vorgeheizten Backofen bei 130 Grad auf der mittleren Schiene 25 Min. backen.

### Ananas-Muffeins      2 Eiweiß

Zutaten

540 g Haferkleie  
60 g brauner Zucker  
1 Esslöffel Backpulver  
120 ml Magermilch  
2 Dosen Ananasstücke (ungesüßt)

### 2 Eiweiß

2 Esslöffel Pflanzenöl

Zubereitung:

Backofen auf 220 °C vorheizen und Muffeinblech gut einfetten.  
Trockene Zutaten in großer Schüssel mischen. Milch, eine Dose Ananasstücke mit Saft, Eiweiß und Öl in einer Schüssel mischen und danach die trockenen Zutaten dazugeben. Anschließend die zweite Dose Ananas abtropfen lassen und dazugeben.  
Teig in die Förmchen einfüllen und ca. 15 - 20 Minuten backen.

### Apfelmusmuffeins      2 Eiweiß

Für 12 Stück  
300 g Mehl  
1 EL Backpulver  
1 TL Lezithin

### 2 Eiweiße

100 g Honig  
180 g Apfelmus  
30 g gehackte Walnüsse

Zubereitungszeit: 35 Minuten  
Arbeitszeit: 15 Minuten

1. Den Backofen auf 170 °C vorheizen. Mehl, Backpulver und Lezithin vermischen. Die Eiweiße, Honig und so viel Apfelmus dazugeben, dass

beim Rühren ein glatter, fester, nicht zu flüssiger Teig entsteht. Die Walnüsse darunter rühren.

2. Ein spezielles Muffinblech oder Papierförmchen zu gut der Hälfte, mit Teig füllen und die Muffins, im vorgeheizten n Backofen 18 bis 20 Minuten backen.

Pro Stück

601/144 kJ/kcal

4 g Eiweiß

2 g Fett

27 g Kohlenhydrate,

1 g Ballaststoffe

0 mg Cholesterin

Aus dem Buch: Fettfrei backen

Aprikosenmuffeins

2 Eiweiß

Für 12 Stück

300 g Mehl

2 TL Backpulver

1 Päckchen Vanillinzucker

150 g Aprikosenmarmelade

2 Eiweiße

300 ml Buttermilch

150 g getrocknete Aprikosen

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Arbeitszeit: 15 Minuten

1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Mehl, Backpulver und Vanillinzucker mischen.

2. Die Marmelade, Eiweiße und so viel Buttermilch dazugeben, dass ein geschmeidiger, nicht zu flüssiger Teig entsteht.

3. Die getrockneten Aprikosen würfeln und unter den Teig heben.

4. Den Teig in Muffeinförmchen füllen und die Muffins im vorgeheizten Backofen ca. 18 Minuten backen.

Pro Stück

688/164 kJ/kcal

5 g Eiweiß  
0 g Fett  
34 g Kohlenhydrate  
2 g Ballaststoffe  
1 mg Cholesterin  
Aus dem Buch: Fettfrei backen

## Cappuccinotörtchen 2 Eiweiß

Für 12 Stück

Für den Teig:

250 g Mehl  
1 Päckchen Vanillinzucker  
100 g brauner Zucker  
3 TL Backpulver  
4 EL Cappuccinopulver

### 2 Eiweiße

200 ml Milch

Für die Streusel:

2 EL zarte Vollkornhaferflocken  
2 EL brauner Zucker  
1 TL Butter

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Arbeitszeit: 20 Minuten

1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Alle trockenen Zutaten miteinander mischen, Eiweiße und Milch dazugeben und alles zu einem Teig rühren.
2. Für die Streusel die Haferflocken mit dem Zucker mischen, die kalte Butter dazugeben und alles zusammen mit den Fingern zu Krümeln verarbeiten.
3. Die Muffinförmchen (Blech oder Papier) zu zwei Dritteln mit dem Teig füllen. Die Haferlockenstreusel gleichmäßig über die Muffins streuen. Die Cappuccinotörtchen im vorgeheizten Backofen 25 Minuten, goldbraun backen.

Pro Stück

619/148 kJ/kcal

4 g Eiweiß

2 g Fett  
30 g Kohlenhydrate  
1 g Ballaststoffe  
3 mg Cholesterin

### Tipp

Servieren Sie die Törtchen mit Kakaopulver bestreut zu Cappuccino als letzten Gang eines italienischen Menüs.  
Sehr gut passt dazu auch ein Gläschen Sambuca.  
Aus dem Buch: Fettfrei backen

Dattelbusserl 2 g Eiweiß  
(Weihnachtsbäckerei)

Zutaten für 1 Portionen  
50 kleine Oblaten, runde  
140 g Mandeln, geschälte, gehobelte  
140 g Datteln

2 g Eiweiß  
1 EL Wasser  
140 g Zucker  
6 Datteln, (zum Dekorieren)

### ZUBEREITUNG

Datteln in feine Streifen schneiden. Eiweiß mit warmem Wasser über Dunst dickschaumig schlagen, Zucker dazugeben, ca. 5 Min weiterschlagen. Von der Hitze nehmen, Mandeln und Datteln nach und nach unterheben. Mit einem Kaffeelöffel kleine Häufchen ("Busserl") auf die Oblaten geben. Im vorgeheizten Rohr auf mittlerer Schiene bei 160°C 20 Minuten backen (leichte goldgelbe Färbung)

Ganz auskühlen lassen, erst dann vom Blech nehmen.

Eventuell verbliebene Datteln in dünne Streifen schneiden und die Busserl damit verzieren.

Ein Rezept auch für jene, die Datteln "pur" nicht unbedingt so mögen.

10.12.03 Hari1 CK

Dattelmakronen 2 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen  
200 g Datteln

## 2 Eiweiß

150 g Puderzucker, gesiebt  
100 g Mandeln, gemahlen  
1 TL Zimt, evtl. etwas mehr  
Oblaten

### ZUBEREITUNG

Datteln entkernen und in feine Streifen schneiden. Eiweiß steif schlagen, nach und nach Puderzucker, Mandeln und Zimt dazugeben. Masse mit Teelöffeln auf die Backoblaten setzen. Bei ca. 175° C ca. 15 - 18 Min. backen.

20.11.02 Henrietta CK

## Feigenschäumchen 2 Eiweiß

160 g getrocknete Feigen  
160 g Mandelstifte

## 2 Eiweiß

120 g Puderzucker  
4050 Backoblaten (o 5 cm)

Feingewürfelte Feigen und Mandelstifte in einer Pfanne auf 2 oder Automatikkochstelle 5-6 unter ständigem Rühren leicht bräunen, danach abkühlen lassen.

Eiweiß mit dem Handrührgerät ca. 15 Min. sehr steif schlagen, dabei den gesiebten Puderzucker einrieseln lassen. Feigen und Mandeln kurz unter den Eischnee heben.

Mit zwei Teelöffeln kleine Teighäufchen auf die Oblaten setzen, backen; aber nur ganz leicht bräunen lassen.

### Schaltung

160-170 grad, 2. Schiebeleiste v. u.

140-150 grad, Umluftbackofen

ca. 25 Minuten

Die Feigenschäumchen ausgekühlt in eine Gebaeckdose schichten, gut verschlossen aufbewahren.

## Gewürzmakronen

2 Eiweiß

Zutaten für 70 Portionen

### 2 Eiweiß

150 g Puderzucker, gesiebt  
75 g Mandeln, gemahlen  
75 g Haselnüsse, gemahlen  
1 TL Zimt, gemahlen  
1 Msp. Nelken, gemahlen  
1 Msp. Piment, gemahlen  
100 g Kuvertüre, halbbitter

### ZUBEREITUNG

Eiweiß steif schlagen. Puderzucker esslöffelweise zugeben, dabei ständig weiterschlagen. Mandeln, Nüsse und Gewürze mit einem Schneebesen vorsichtig unterziehen. Teig in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen. Kleine Stangen von 6 - 7 cm Länge (Durchmesser ca. 1 cm) auf mit Backpapier belegtes Backblech spritzen. Bei ca. 150° C ca. 18 bis 20 Min. backen.

Kuvertüre schmelzen. Makronenstangen mit einem Ende hineintauchen und trocknen lassen.

12.2.03 Henrietta

CK

## Husarenkipferl

2 Eiweiß

Mürbteiggebäck mit Marmelade

Zutaten für 10 Portionen  
180 g Margarine  
90 g Puderzucker

### 2 Eiweiß

270 g Mehl, glatt  
1 EL Mandeln, gerieben  
1 EL Haselnüsse, gerieben  
1 Pck. Vanillezucker  
100 g Marmelade

### ZUBEREITUNG

Kalte Margarine in kleine Würfel schneiden, mit Staubzucker, Vanillinzucker, Dotter, Mehl, den geriebenen Mandeln und den Haselnüssen rasch zu einem Teig verkneten. Zugedeckt im Kühlschrank mindestens 1 Stunde rasten lassen.



Den Teig zu einer Stange formen und in ca. 30 Stücke schneiden. Teigstücke zu Kugeln formen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen, mit dem Daumen flachdrücken und eine kleine Vertiefung in die Mitte drücken. Bei 180 Grad ca. 15 Minuten im Rohr hell backen.

In die Vertiefung der noch heißen Kipferln etwas Marmelade füllen, mit Staubzucker bestreuen. Mit Staubzucker nicht sparen! Dadurch wird die Marmelade fest und man kann die Krapferl leichter aufbewahren ohne dass sie zusammenkleben. Gut trocknen lassen bevor man sie lagert! Werden sehr schnell mürb.

18.11.03 Sab

CK

Knusperchen

2 Eiweiße

Für etwa 80 Stück

## 2 Eiweiß

1 Prise Salz

210 g Zucker

200 g Haselnüsse, gem.

100 g Mandeln, gem.

40 g Pistazien, gehackt

1 unbehandelte. Orange, abgerieben. -Schale von

für das Blech-

Fett und Backpapier

zum Ausrollen-

Zucker

für die Glasur

150 g Puderzucker

3 -4 El Orangenlikör oder – Saft

Das Eiweiß mit dem Salz zu steifem Schnee schlagen. Den Zucker langsam dazurieseln lassen.

Die Haselnüsse mit den Mandeln, den Pistazien und der Orangenschale vermischen. Alles mit dem Rührlöffel unter den Eischnee arbeiten, bis ein fester Teig entsteht.

Sollte er zu klebrig sein, esslöffelweise geriebene Haselnüsse Darunter rühren. Den Teig zugedeckt etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Ein Backblech einfetten oder mit Backpapier belegen. Den Teig auf einer leicht gezuckerten Fläche gut 1/2 cm dick ausrollen. Dabei immer wieder mit einer breiten Palette von der Arbeitsfläche lösen.

Rund Plätzchen von etwa 3 cm Durchmesser ausstechen. Oder die

Teigplatte in 3 cm große Rechtecke oder Rauten schneiden. Die Plätzchen auf das Blech legen und im Backofen (Mitte) etwa 15 Min backen. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Für die Glasur den Puderzucker mit soviel Orangensaft oder -likör glattrühren, dass ein dickflüssiger Guss entsteht. Die Knusperchen zur Hälfte eintauchen, dann auf ein Kuchengitter setzen und trocknen lassen.

## Makronen

2 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

- 2 Ei(er), davon das Eiklar
- 1 Prise Salz
- 100 g Puderzucker
- 100 g Haselnüsse, gerieben
- kleine Oblaten
- Fett, f. Blech

### ZUBEREITUNG

Eiklar und Salz steif schlagen, nach und nach abwechselnd Zucker und Haselnüsse in den steif geschlagenen Schnee einrühren. Oblaten auf ein gefettetes Blech legen. Je Oblate ein Häufchen Makronenmasse darauf verteilen.

Bei 150 ° rund 30 Min. backen.

1.12.02 Speedy Gonzales

CK

## Mandelherzen, Große

2 Eiweiß

Zutaten für 6 Portionen

- 300 g Mandeln, gemahlen
- 350 g Zucker
- 2 Ei(er), davon das Eiweiß
- 1 Zitrone(n), abgeriebene Schale davon
- 1 TL Vanillezucker
- 1 EL Honig
- Puderzucker

### ZUBEREITUNG

Mandeln mit Zucker vermischen. Eiweiß mit den Quirlen des Handmixers zu halbfestem Schnee schlagen und zusammen mit Zitronenschale, Vanille-Essenz und Honig unter die Mandel-Zucker-Mischung rühren. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Arbeitsfläche mit Puderzucker bestreuen. Mandelteig 1-1,5 cm dick ausrollen und große Herzen ausstechen. Ein Blech mit

Backpapier auslegen und dick mit Puderzucker bestreuen. Die Herzen darauf setzen und etwa 20 Minuten backen. Die Herzen sollen ganz hell bleiben und von weicher Konsistenz sein. Abkühlen lassen, mit Puderzucker bestäuben.

29.4.02 Simone Hefner

CK

### Mandelhörnchen

2 Eiweiß

200 g Marzipanrohmasse,  
100 g gemahlene Mandeln,  
2 TL Zitronensaft und  
1 Eiweiß in eine Schüssel geben,  
100 g Puderzucker darrübersieben und alles mit den Knethaken des Handrühres gut verkneten.  
100 g Mandelblättchen mit den Händen zerdrücken.  
1 Eiweiß mit 1 EL Wasser verquirlen.

Die Marzipanmasse mit dem Spritzbeutel (Lochtülle, 1 cm Durchmesser) in ca. 8 cm lange Teigstreifen auf die Arbeitsfläche spritzen (oder einfach per Hand entsprechend formen, ist halt etwas klebrig). Mit dem Eiweiß bestreichen und in den Mandelblättchen wälzen, Hörnchen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 10-12 Minuten goldbraun backen.

Die fertigen Hörnchen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen, dann die Enden in geschmolzene Schokolade oder Kuvertüre tauchen und trocknen lassen.

### Marzipangebäck

2 Eiweiß

Bethmännchen

Zutaten für 15 Portionen

100 g Marzipan (Rohmasse)

2 Ei(er), davon das Eiweiß

65 g Puderzucker

20 g Speisestärke

65 g Mandeln, geschält

### ZUBEREITUNG

Marzipanmasse mit Eiweiß, Zucker und Speisestärke verkneten, 1 Stunde kühl stellen.

Aus dem Teig kleine Kugeln formen, mit Eiweiß bestreichen, auf das mit gefettetem Pergamentpapier belegte Backblech setzen und je 3 (in der Dicke) halbierte Mandeln ansetzen.

Die Marzipankugeln bei 160° bis 180° C 15 bis 20 Minuten goldgelb backen.

22.11.01 Esther R. CK

### Nonnenküsschen

2 Eiweiß

Zutaten für 30 Portionen

#### 2 Eiweiß

1 Pck. Vanillezucker  
200 g Zucker  
200 g Mandeln, gehackte und geröstet  
30 Haselnüsse

#### ZUBEREITUNG

Das Eiweiß steif schlagen und nach und nach Zucker und Vanillezucker zufügen. Die gerösteten und gehackten Nüsse unterheben. Mit einem Löffel von der Masse kleine Häufchen abstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Jedem Kuss eine Nuss als Verzierung aufsetzen.

Im Backofen bei 150° Grad etwa 25-30 Minuten backen.

12.11.02 Rosi R. CK

### Nougat in weiß

2 Eiweiß

Zutaten für Portionen

300 g Zucker  
2 EL Zucker (Traubenzucker)  
1 Msp. Salz  
50 g Haselnüsse  
100 ml Wasser

#### 2 Eiweiß

50 g Pistazien  
30 g Rosinen  
100 g Mandeln, gehobelte

## ZUBEREITUNG

Das Eiweiß mit dem Salz und 20 g Zucker steif schlagen. Den restlichen Zucker und den Traubenzucker mit dem Wasser auf 152°C kochen.

Den heißen Zucker langsam in den Eischnee gießen und schlagen bis die Masse vollkommen kalt ist.

Die restlichen Zutaten untermischen und ca. 2 cm dick auf ein Backblech streichen.

Einen Tag stehen lassen damit die Masse fest wird.

1.12.03 Der Chefkoch

CK

Nussmakronen, Cappuccino

2 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

2 m.- große Ei(er), davon das Eiweiß

100 g Zucker

1 Pkt. Vanillezucker (Bourbon)

1 EL Kaffeepulver (Cappuccinopulver), Instant

200 g Haselnüsse, geröstet, gemahlen

25 Oblaten, 50 mm Durchmesser

25 Haselnüsse, ganz

2 EL Puderzucker

Eiweiß sehr steif schlagen und dabei Zucker und Vanillezucker einrieseln lassen. Gemahlene Haselnüsse und Cappuccinopulver mischen und unter die Eiweißmasse ziehen. Alles in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und auf die Oblaten spritzen. Die ganzen Haselnüsse oben drauf setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 °ca.12-15 Minuten backen. Die abgekühlten Makronen mit Puderzucker besieben.

13.12.03 Chiara

CK

Nusszimbällchen

2 Eiweiß

Zutaten für 35 Portionen

300 g Haselnüsse, gehackte

2 Ei(er), davon das Eiweiß

250 g Puderzucker

1 TL Zimt

1 Pck. Haselnüsse, ganze

## ZUBEREITUNG

Eiweiß steif schlagen, Puderzucker einrühren, von der Masse 4 Esslöffel abnehmen. Jetzt Zimt und Nüsse unterheben!

Kleine Bällchen formen, einen Klecks Eiweißmasse und eine ganze Haselnuss darauf setzen!  
Plätzchen bei 125 Grad für ca. 30 Minuten backen!  
Nach dem Abkühlen trocknen die Bällchen noch etwas & werden fester!

18.12.03 Bea2707

CK

## Orangen Karamellisierte

2 Eiweiß

in Mandelkörnchen mit Glacé

Zutaten für 6 Portionen

30 g Butter

50 g Zucker

etwas Aroma (Mandelaroma)

50 g Mandeln, gemahlen

50 g Mehl (Weißmehl)

## 2 Eiweiß

2 Orange(n), unbehandelt

1 EL Butter

1.5 dl Orangensaft

1 EL Grand-Marnier (evtl. 2 EL)

20 Kugeln Vanille - Glacé (kleine Kugeln)

## ZUBEREITUNG

Für die Körbchen die Butter schmelzen, mit dem Zucker, dem Mandelaroma, den Mandeln und dem Mehl vermischen. Backofen auf 180°C vorheizen.

Eiweiß flaumig schlagen, unter die Masse ziehen. Backbleche mit Backpapier belegen. Je ein Sechstel der Masse mit einem Löffel aufs Backpapier geben und zu Rondellen relativ dünn ausstreichen. Bleche in Ofen schieben, Rondellen während 12 - 15 Minuten backen (bis sie leicht braun werden).

Herausnehmen, leicht abkühlen lassen, dann die Rondellen noch warm über Tassen drücken, sodass sie die Form eines Körbchens annehmen, abkühlen lassen.

Die Orangen waschen, mit Schale in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Butter und Zucker in weite Bratpfanne geben, unter Rühren erhitzen, bis der Zucker schön karamellisiert hat. Mit dem Orangensaft ablöschen, rühren, bis sich alles aufgelöst hat.

Orangenscheiben hineinlegen und darin köcheln lassen, bis der Karamell dicklich geworden ist und die Orangen damit überzogen sind.

Zum Schluss den Grand Marnier zufügen.

Zum Anrichten je 2 kleine Kugeln Vanilleglacé in die Körbchen geben, die noch leicht warmen Orangenscheiben darauf anrichten, nach Belieben mit Schlagrahm garnieren.

9.3.02 Bashiba

CK

Ricciarelli

2 Eiweiß

Portion: 40 Stück

350 g Mandeln

450 g Puderzucker

1 Tütchen Vanillezucker

2 Eiweiß (40 g)

Die Mandeln mit kochendem Wasser überbrühen, zehn Minuten weichen, dann abschrecken. Jetzt lässt sich die braune Haut leicht abschnipsen. Es sollten nunmehr 300 Gramm Mandeln übrig sein. Portionsweise mit jeweils der gleichen Menge Puderzucker im elektrischen Zerkacker zerkleinern. Dabei nicht zu lange mixen, damit sich die Masse nicht zu sehr erwärmt und das Mandelöl austritt. Schließlich von Hand 100 Gramm Puderzucker und den Vanillezucker untermischen.

Das Eiweiß mit einer Gabel verkleppern, unter die Mandelmasse kneten, die jetzt marzipanähnlich werden sollte. Eine Rolle daraus formen, mit dem Durchmesser eines Fünfmarkstücks. Davon zentimeterstarke Scheiben schneiden, sie auf einer mit Puderzucker bestreuten Arbeitsfläche etwas flach drücken, dabei mit einer Gabel Riefen eindrücken.

Nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und über Nacht trocknen lassen. Erst dann bei circa 75 Grad Celsius 20 Minuten endgültig trocknen.

Die Ricciarelli sollten ganz hell bleiben, um die weiße Erscheinung zu verstärken, mit Puderzucker überstäuben. Sie halten sich in einer Blechdose wochenlang frisch.

## Schokoküsse mit Mandeln

2 Eiweiß

40 Stück

Zutaten

125 g Mandelstifte

2 Eiweiß

150 g Zucker

125 g Bitterschokolade

3 EL Espressopulver

Zubereitung:

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett auf 3 oder Automatik- Kochstelle 9 - 10 goldbraun rösten.

Eiweiß mit dem Handrührgerät steif schlagen. Den Zucker langsam einriegeln lassen. Dabei ständig weiterschlagen, bis die Masse matt glänzt und weiche Spitzen bildet.

Schokolade im Universalzerkleinerer / Mandelmühle hacken und mit den Mandeln mischen.

Eischnee in der Schüssel über ein warmes Wasserbad setzen und auf 2 oder Automatik-Kochstelle 7 - 8 mit dem Handrührgerät schlagen, bis die Masse zäh und ganz matt ist. Schüssel herausnehmen, Mandelmischung und Espresso unterheben.

Mit zwei Teelöffeln Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Im vorgeheizten Backofen trocknen lassen.

Schaltung: 150 - 160 , 2. Schiebeleiste v.u.

150 - 160 , Umluftbackofen 15 - 18 Minuten  
( PS , ich heize nicht vor, brauche dann 30 min Hans60)

Zubereitungszeit 50 Minuten

## Weihnachtsguetzli

2 Eiweiß

Brunsli

Zutaten für 10 Portionen

1 Beutel Kuvertüre (Kuchenglasur), dunkel

2 Ei(er), davon das Eiweiß



300 g Mandeln, ungeschält, gemahlen  
300 g Puderzucker, gesiebt  
½ TL Zimt  
1 Msp. Nelken, gemahlen  
Zucker, zum Auswallen

#### ZUBEREITUNG

Den Beutel mit der Kuchenglasur zum Schmelzen in warmes Wasser legen. Die Eiweiß nur leicht schlagen und mit der Kuchenglasur und allen anderen Zutaten mischen. Sollte der Teig zu feucht sein und kleben, noch etwas Mandeln beifügen.

Zucker auf die Unterlage streuen und den Teig darauf knapp 1 cm dick auswallen. Die Oberfläche dünn mit Zucker bestreuen. Mit beliebigen Förmchen ausstechen und auf ein mit Backtrennpapier ausgelegtes Blech legen. Bei Zimmertemperatur ca. 2 Stunden antrocknen lassen.

In der Mitte des vorgeheizten Ofens bei 180 Grad 5 Minuten backen. Die Brunzli dürfen keine Farbe annehmen. Die knapp ausgekühlten Guetzli sofort in gut verschließbare Dosen packen.

21.2.02 Béatrice CK

Wespennester 2 Eiweiß  
schnell und lecker

Zutaten für 4 Portionen

2 Eiweiß  
250 g Zucker  
1 Pkt. Vanillezucker  
30 g Kakaopulver  
250 g Mandeln, gehackte

#### ZUBEREITUNG

Eischnee steif schlagen, alle Zutaten unterheben, mit TL Häufchen auf Backpapier setzen, bei 160 Grad Heißluft 30 min backen

9.4.04 Lizzfizz CK

Zimtsterne 2 Eiweiß

Zutaten für 40 Portionen

100 g Haselnüsse, feingemahlen  
2 m.- große Ei(er), davon das Eiweiß  
Salz  
½ TL Zitronensaft  
125 g Zucker  
1 Pkt. Vanillezucker  
1 TL Zimt, gemahlen  
125 g Mandeln, gemahlen  
Zucker zum Ausrollen  
Zimt zum Bestäuben

## ZUBEREITUNG

Die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten und abkühlen lassen.

Eiweiß, eine Prise Salz und Zitronensaft steif schlagen. Zucker einrieseln lassen und weiterschlagen bis er sich gelöst hat. 3 EL Eischnee zurückstellen. Vanillezucker, Zimt, Nüsse und 100 g Mandeln unterrühren und abgedeckt ca. 2 Stunden kalt stellen.

Auf einer mit Zucker bestreuten Fläche ca. 3/4 cm dick ausrollen. Mit einem in Zucker getauchten Ausstecher Sterne ausstechen und auf Bleche mit Backpapier setzen. Zurückgestellten Eischnee mit einigen Tropfen Wasser verrühren, die Sterne damit bestreichen. Im vorgeheizten Ofen bei 150° C (Gas 1, Umluft 10-12 Min. bei 140 C) auf der untersten Schiene 15-18 Min. backen. Mit Backpapier vom Blech ziehen und abkühlen lassen. Nach Belieben mit Zimt bestäuben.

Guter Tipp von einer lieben Freundin: Den Teig zwischen einem an den Seiten aufgeschnittenen Gefrierbeutel ausrollen - erspart eine Menge Schweinkram...

Mit diesem Rezept konnte sogar ICH Zimtsterne backen.

11.1.02 Alexandra

CK

## Zimtsterne - das Original

2 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

### 2 Eiweiß

250 g Zucker  
1.5 TL Zimt  
½ TL Kirschwasser, (ev. auch Zitronensaft)  
350 g Mandeln, gemahlene  
Für die Glasur:  
150 g Puderzucker

2 EL Wasser

#### ZUBEREITUNG

Die Eiweiß mit dem Mixer verschlagen (=nicht steif). Vorsichtig mit einem Gummischaber den Zucker unterrühren, bis alles eine schöne Masse ergibt. Nun die gemahlene Mandeln hinzufügen und das ganze zu einem Teig kneten.

Das ganze nun ca. 0.7mm-1cm dick auswallen (ev. zwischen zwei Folien oder auf einer dünnen Schicht Zucker, weil das ganze eine sehr klebrige - aber super leckere - Angelegenheit ist). Nun mit Sternformen ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

Die Sterne nun mindestens 6 h, besser sogar über Nacht, bei Raumtemperatur trocknen lassen. Danach in die Mitte des auf 250° vorgeheizten Ofens für ca. 3-4min.

Gleich, solange die Sterne noch warm sind, mit der vorbereiteten Glasur bestreichen (mit einem Zahnstocher o.ä. bis in die Spitzen ziehen).

Variante Zimtglasur: zusätzlich ca. 1 TL Zimt (für Zimtliebhaber)

#### TIPP:

- verschieden große Sternformen nehmen, ergibt ein schönes Bild
- weiße Glasur und solche mit Zimt (ergibt weiße & braune Sterne)
- Verzierung mit Silberkügelchen ist auch sehr schön

11.12.03 Gritli

CK

## 3 Eiweiß

Ananas - Häufchen

3 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

175 g Ananas, kandiert

100 g Schokolade (Zartbitter)

3 Ei(er), davon das Eiweiß

200 g Zucker

2 EL Orangenlikör

1 TL Zitronensaft

150 g Mandeln, gemahlen

40 Oblaten (4 cm Durchmesser)

#### ZUBEREITUNG

125g Ananas fein hacken, Schokolade fein reiben, Eiweiß steif schlagen. Dabei nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Orangenlikör und Zitronensaft zufügen. Noch ca. 10 Min. weiterschlagen. Mandeln, Ananas und Schokolade mischen und unterheben.

Oblaten auf ein Backblech legen, Eischneemasse in tupfen darauf setzen. Restliche Ananas in Streifen darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 150°C (Gas: Stufe 1) 20-25 Min. backen.

Ergibt ca. 40 Stück (pro Stück 80 kcal)

2.12.01 Hobbykoechin CK

### Bärentatzen

3 Eiweiß

Zutaten für 30 Portionen

125 g Schokolade, zartbitter

250 g Mandeln, gemahlen

3 Ei(er), davon das Eiweiß

250 g Zucker

½ TL Zimt

1 Prise Nelken, gemahlen

1 Prise Kardamom, gemahlen

2 EL Kakaopulver

½ Zitrone(n), davon die Schale

### ZUBEREITUNG

Schokolade klein hacken. Eiweiß steif schlagen. Schokolade und Mandeln mischen, zusammen mit dem Zucker, den Gewürzen, dem Kakao und der abgeriebene Zitronenschale unter den Eischnee heben. Walnussgrosse Kugeln abstechen und in gezuckerte Bärentatzen-Förmchen drücken, auf ein mit Backpapier belegtes Blech stürzen und über Nacht trocknen lassen. Am nächsten Tag im vorgeheizten Ofen bei 180° C (Heißluft 160° C) ca. 15 Min. backen.

Die Bärentatzen können zur Verzierung nach dem Auskühlen in aufgelöste Zartbitter-Kuvertüre getaucht werden.

19.3.04 Henrietta CK

### Feigenbussel

3 Eiweiß

125 g getrocknete Feigen

70 g Zartbitterkuvertüre

100 g Mandeln, geschält

50 g Pinienkerne

250 g Staubzucker

2 Pkg. Vanillezucker

10 g Kakaopulver

1 TL Lebkuchengewürz

3 Eiklar  
Salz  
kleine, runde Oblaten  
1 Pkg. Mandelsplitter

Die Feigen in kleine Stücke schneiden. Die Kuvertüre hacken. Kuvertüre, Feigen, Vanillezucker, Staubzucker, Mandeln, Pinienkerne, Kakaopulver, Lebkuchengewürz und eine Prise Salz in der Küchenmaschine mit Messereinsatz fein hacken. Die Eiklar dazugeben. Eine Minute durchkneten. Die Masse bei sehr wenig Hitze erwärmen, bis die Kuvertüre geschmolzen ist. Im Kühlschrank eine Stunde rasten lassen. Aus der Teigmasse mit nassen Händen etwa 40 kleine Kugeln formen. Jeweils eine Kugel auf eine Oblate setzen. Jede Kugel mit einigen Mandelsplittern verzieren. Das Backrohr auf 160 Grad vorheizen. Die Feigenbusserl 15 bis 17 Minuten backen. Sobald sich kleine Risse auf der Oberfläche zeigen, sind die Busserl fertig. Vom Blech nehmen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Eventuell mit etwas flüssiger Kuvertüre ein feines Gitter auf die Busserl spritzen.

### Früchte mit Erdnuss - Baiser

3 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen  
4 Äpfel  
75 g Rohrzucker  
½ TL Zimt  
2 EL Zitronensaft  
4 große Feigen, getrocknete  
2 EL Butter  
3 Eiweiß  
100 g Puderzucker  
2 EL Erdnusscreme  
Minze, zum Garnieren

### ZUBEREITUNG

Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in nicht zu dünne Spalten schneiden. 125 ml Wasser zum Kochen bringen und die Früchte darin ca. 5 Minuten dünsten. Abgießen und gut abtropfen lassen. Die Äpfel mit 50 g Rohrzucker, Zimt und Zitronensaft mischen. Auf 4 feuerfeste Förmchen verteilen. Die Feigen halbieren, jede Hälfte in 8 Spalten schneiden. Die Butter zerlassen, den restlichen Zucker darin schmelzen. Die Feigen zufügen und andünsten. Über die Äpfel geben. Ofen auf 225 Grad (Umluft:

205 Grad)vorheizen. Das Eiweiß steif schlagen, dabei den Puderzucker einrieseln lassen. Die Erdnusscreme unterheben. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und auf das Obst spritzen. Im Ofen in ca. 15 Minuten goldgelb überbacken. Das Dessert mit Minze garniert servieren.

30.5.04 Galimero

CK

### Gefüllte Mandelmakronen

3 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen

3 Ei(er), davon das Eiweiß

1 TL Zitronensaft

170 g Puderzucker, gesiebt

175 g Mandeln, gemahlen

200 g Marzipan - Rohmasse

2 EL Likör (Mandellikör)

100 g Kuchenglasur, Haselnuss

#### ZUBEREITUNG

Eiweiß mit Zitronensaft steif schlagen. Puderzucker esslöffelweise zufügen, dabei kräftig schlagen, bis die Masse ganz schaumig ist. Die Mandeln vorsichtig unterziehen. Den Teig in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und haselnussgroße Tropfen auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech spritzen.

Bei 150° C ca. 15 Min. backen, danach abkühlen lassen.

Marzipan-Rohmasse mit Mandellikör verkneten, zu haselnussgroßen Kugeln formen. Auf die Hälfte der Makronen jeweils eine Marzipankugel setzen, mit einer zweiten Makrone belegen und leicht zusammendrücken. Kuchenglasur schmelzen. Obere Makrone mit Glasur überziehen und trocknen lassen.

12.2.03 Henrietta

CK

### Haselnussmakronen

3 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

3 Ei(er), davon das Eiweiß

250 g Zucker

350 g Haselnüsse, gemahlen

kleine Oblaten

Nüsse, ganz

#### ZUBEREITUNG

Eiweiß sehr steif schlagen, Zucker einrieseln lassen und einige Zeit weiter schlagen. Anschließend die gemahlene Nüsse untermischen. Mit der gezeichneten Hand kleine Kugeln formen, etwas flach drücken, auf Oblaten setzen und mit einer ganzen Nuss verzieren und backen. 20-25 Minuten bei 140-160 Grad.

9.3.02 Horsch

CK

hm, sehr lecker! Empfehlenswert (habe allerdings statt Zucker -> Puderzucker genommen).

Hallo

die Makronen sind echt gut. Habe auch statt Zucker Puderzucker verwendet.

Ich wünsche euch einen schönen ersten Advent.

Gruß Adriana

25.11.03 - 17:05

Hallo

Habe auch gesiebten Puderzucker genommen

Mit freundlichen Grüßen

Hans 14.08.04 - 08:47

Käse - Nuss - Makronen

3 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

50 g Haselnüsse, gerieben

100 g Käse, Gouda, alt

3 Ei(er), davon das Eiweiß

Salz

Pfeffer

Muskat

Paprikapulver, edelsüß

ZUBEREITUNG

Haselnusskerne ohne Fett leicht rösten. Käse reiben. Eiklar mit einer Prise Salz zu schnittfestem Schnee schlagen, Käse und Nüsse untermischen, Teig abschmecken. Ein Backblech mit Backpapier belegen und mit 2 TL kleine Häufchen abstechen und auf das Blech geben. Im auf 180° vorgeheizten Ofen ca. 15 Min. backen

17.6.02 Seide

CK

## Kokosmakronen

3 Eiweiß

(4 Stück entsprechen 1 BE):

3 Eiweiß,  
35 g Fruchtzucker,  
45 g streufähige Diabetikersüße,  
2 TL Zitronensaft,  
175 g Kokosraspeln,  
100 g Diabetikerschokolade.

Eiweiß steif schlagen. Den Fruchtzucker und die Diabetikersüße nach und nach zufügen, dann den Zitronensaft unterrühren.

Die Kokosraspeln unter den Teig ziehen. Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf ein Backblech setzen.

Die Makronen im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten (150 C) backen, abkühlen lassen.

Die Schokolade zerbröseln und im Wasserbad schmelzen. Die Makronen mit der Unterseite eintauchen und trocknen lassen

## Himbeerlebkuchen

3 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen  
200 g Himbeeren, gefrorene  
3 Ei(er), davon das Eiweiß  
150 g Zucker  
200 g Mandeln, ungeschälte, gemahlene  
50 g Speisestärke  
50 g Orangeat, feingewürfeltes  
½ TL Zimt  
1 Msp. Nelken, gemahlene  
1 Prise Muskat  
Für die Glasur:  
200 g Puderzucker  
1.5 EL Zitronensaft

### ZUBEREITUNG

Himbeeren aus der Packung nehmen und durch ein Sieb streichen. Das Mark abtropfen lassen und den Himbeersaft auffangen.



Inzwischen Eiweiß zu steifem Schnee schlagen, nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Masse weiterschlagen bis sie glänzt. Gemahlene Mandeln, Stärke, Orangeat und Gewürze mischen und unter den Eischnee heben.

Ein Blech mit Backpapier auslegen. Den Teig darauf ca. 1 cm dick verstreichen. Ca. 40 Minuten bei 150 Grad backen. Herausnehmen und in Quadrate schneiden. Ca. 3 cm Kantenlänge. Puderzucker, Zitronensaft und Himbeersaft glatt rühren und Lebkuchen damit bestreichen und mit den Mandeln verzieren.

30.11.03 Angelika2603 CK

### Madeleines mit Akazienhonig 3 Eiweiß

Zutaten für 6 Portionen

100 g Puderzucker  
50 g Mandeln, feingemahlene  
3 EL Mehl  
3 Ei(er), davon das Eiweiß  
100 g Butter  
3 EL Honig (Akazienhonig)

#### ZUBEREITUNG

Die Butter so lange erhitzen, bis sie eine haselnussbraune Farbe annimmt (sie sollte auch nach Haselnuss riechen), in eine Schüssel gießen, abkühlen lassen und mit dem Honig verrühren.

Den Puderzucker, die gemahlene Mandeln und das Mehl in einer Schüssel vermengen. Die Eiweiße steif schlagen und zu der Mischung geben. Anschließend die Butter unterrühren. Alles gut vermischen und 1 Stunde kalt stellen.

Den Teig auf 24 kleine Förmchen oder eine Madeleineform verteilen und 10 Minuten bei 150 Grad backen. Die Madeleines sofort aus der Form stürzen.

20.2.04 Elettra CK

### Makronen 3 Eiweiß

: Backen, Gebäck

3 Eiweiß  
150 g Zucker  
1 p Vanillin-Zucker

2 dr Back-Aroma Bittermandel  
150 g Mandeln  
25 g Mehl

Unter den steifen Eischnee schlägt man nach und nach den Zucker und den Vanillin-Zucker.

Darunter gibt man das Back-Aroma und die mit dem Mehl vermischten geriebenen Mandeln.

Mit zwei Teelöffeln setzt man kleine Teighäufchen auf ein gefettetes Backblech.

Etwa 35 Minuten bei leichter Hitze backen.

:Quelle: Dr. Oetker. 1939

## Mandelstangen

(3 Eiweiß )

125 g gemahlene Mandeln  
180 g Zucker  
50 g Zitronat  
3 Eiweiß  
1 P. Vanillinzucker  
1 Msp. Zimt  
5 -6 Oblaten (12\*20 cm)  
1 pk Schokoglasur

Die gemahlene Mandeln mit dem Zucker in der Pfanne hellbraun rösten und wieder kalt werden lassen. Das feingehackte Zitronat untermischen. Das Eiweiß sehr steif schlagen, Vanillinzucker, Zimt und die Mandelmischung locker unterheben.

Die Masse etwa 1/2 cm dick auf die Oblaten streichen und in 2-3 cm breite Streifen schneiden, Im Backofen (175 Grad/G: 2) auf dem ungefetteten Backblech 10-15 Minuten ganz hell backen.

Noch heiß um ein Nudelholz biegen, damit kleine Boden entstehen (dabei sind sie mir allerdings nur gebrochen).

Die Stangenenden in die im heißen Wasserbad geschmolzene Schokoladenglasur tauchen und trocknen lassen.

## Marzipan-Mandel-Hörnchen

3 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

300 g Marzipan (Rohmasse)  
150 g Puderzucker  
2 Ei(er), klar  
1 TL Backpulver  
150 g Mandeln, gemahlen  
2 Pkt. Rum (Rumback)  
1 Ei(er), klar  
100 g Mandeln (Blättchen)  
Kuvertüre

#### ZUBEREITUNG

Die Marzipanrohmasse, Puderzucker und die 2 Eiweiß schaumig rühren. Wenn eine glatte Masse entstanden ist, die Mandeln, Rumback und das Backpulver unterziehen. In einen Spritzbeutel füllen und für eine halbe Stunde in den Kühlschrank legen. Dann ca. 6 cm langen Streifen auf Backpapier spritzen. Die Streifen mit Eiweiß bepinseln. Dann die Streifen vorsichtig vom Backpapier lösen und mit der Oberseite in die Mandelblättern drücken. Zu Bögen geformt auf das Backpapier zurücklegen. Man kann die Bögen auch auf dem Backpapier lassen und die Mandelblätter darauf drücken, jedoch wird das Ergebnis nicht so gut.

Bei 200°C ca 12-15 Min backen, bis sie leicht braun werden. Nach dem Abkühlen die Enden in Kuvertüre tauchen.

16.11.01 AngelikaM CK

#### Nussbusserl 3 Eiweiß

Zutaten für 5 Portionen  
3 Ei(er), davon das Eiweiß  
200 g Zucker  
350 g Haselnüsse, gemahlen  
25 g Schokoladenraspel  
1 Vanille - Aroma  
Oblaten, 50 mm  
Marmelade, nach Geschmack

#### ZUBEREITUNG

Das Eiweiß steif schlagen und danach den Zucker mit dem Mixer unterrühren. Nach und nach alle anderen Zutaten hinzufügen. Den Teig zu Kugeln formen (zwei Teelöffel sind da hilfreich, da sehr klebrig) und auf jeweils eine Oblate setzen. In der Mitte leicht eindrücken, mit Kochlöffelstiel oder Finger und bei 150°C ca. 25 bis 30 Min. backen. Anschließend füllt man die kleine Vertiefungen mit Marmelade.

29.4.03 Ufeil CK

## Nussmakronen 3 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen  
3 Ei(er), davon das Eiweiß  
200 g Zucker  
200 g Haselnüsse, gemahlen

### ZUBEREITUNG

Eiweiß steif schlagen, Zucker und Nussmehl langsam unterheben. Mit zwei Teelöffeln kleine Makronen auf das Backblech legen.

Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad (Umluft) 15-20 Min. backen.

Sehr lecker!!!

21.2.02 Katja CK

## Nusstaler, Knusprige 3 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen  
200 g Haselnüsse, ganz  
3 Ei(er), davon das Eiweiß  
1 Prise Salz  
120 g Zucker  
50 g Mehl  
2 EL Kakaopulver  
70 g Butter, sehr weich

### ZUBEREITUNG

Haselnüsse bei 175 Grad im Ofen auf einem Blech 8-12 min rösten, dabei gelegentlich umrühren. Dann in einem Tuch die Häutchen abrubbeln, abgekühlt nicht zu fein hacken.

Eiweiß mit Salz steif schlagen, Zucker einrieseln lassen, weiterschlagen.

Nach und nach Mehl, Kakao, Nüsse und Butter untermischen.

Kleine Teigportionen mit einem TL mit 4 cm Abständen auf mit Backpapier belegte Bleche setzen, bei 180 Grad ca. 12 min backen.

25.10.03 Angie17 CK

## Orangen-Gebäck L'halua dial letschin - 3 Eiweiß

: 70 Stück(\*)

- 75 g Butter
- 135 g Zucker
- 1 Ungespritzte Orange; Schale
- 125 g Geschälte Mandeln
- 1 Eiweiß; (1)
- 2 Eiweiß; (2)

Die Butter schaumig rühren. Den Zucker zugeben und weiterrühren, bis er sich zum größten Teil aufgelöst hat. Die dünne Orangenschalen fein hacken und zugeben. Die gemahlene Mandeln und Eiweiß (1) hinzufügen, alles gut vermischen. Eiweiß (2) Steif schlagen und unter die Masse ziehen. Die Papierförmchen damit füllen und im auf 140 Grad vorgeheizten Ofen etwa zwanzig Minuten backen.

## Orangenmakronen

3 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen

- 3 m.- große Ei(er), davon das Eiweiß
- 150 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 Orange(n), unbehandelt, die abgeriebene Schale davon
- 1 EL Orangensaft
- 200 g Mandeln, gehobelt
- 50 g Semmelbrösel
- 25 g Kuvertüre, Halbbitter

## ZUBEREITUNG

Eiweiß steif schlagen Zucker und Vanillinzucker einrieseln lassen. Orangenschale und 1 EL Saft hinzufügen. Die Masse muss so steif sein, dass ein Messerschnitt sichtbar bleibt. Mandeln und Semmelbrösel vorsichtig unterheben. Die Masse in Häufchen, mit Hilfe zweier Teelöffel auf mit Backpapier belegte Backbleche verteilen. Backen bei 140°C (Umluft 120°C) etwa 25 Minuten.

Zum Verzieren Kuvertüre schmelzen und in einen kleinen Gefrierbeutel geben. Eine kleine Ecke abschneiden und die Kuvertüre über die erkalten Makronen sprengeln.

## Pfefferminzrauten 3 Eiweiß

Für 18 Stücke

50 g zarte Vollkornhaferflocken  
100 g Magerjoghurt  
120 g Mehl  
180 g Zucker  
1 TL Backpulver  
3 EL Kakaopulver  
3 Eiweiße

Für den Guss:

100 g Puderzucker  
etwas Milch  
2 Tropfen reines, ätherisches Pfefferminzöl  
einige Tropfen grüne Lebensmittelfarbe

Zubereitungszeit: 55 Minuten

Arbeitszeit: 35 Minuten

1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen Haferflocken mit Joghurt und 1 bis 2 Esslöffeln Wasser. mischen, einige Minuten quellen lassen.
2. Mehl, Zucker, Backpulver und Kakao miteinander vermischen, Eiweiße und Haferflocken dazugeben und alles zu einem glatten Teig rühren.
3. Die Masse auf ein viereckiges Backblech streichen und im vorgeheizten Backofen 20 bis 25 Minuten backen.
4. Aus dem Puderzucker und der Milch einen dickflüssigen Guss bereiten, Pfefferminzöl und grüne Farbe dazugeben.
5. Die abgekühlte Teigplatte in 4 x 4 Zentimeter große Rauten schneiden und mit dem grünen Guss Verzieren.

Pro Stück

423/101 kJ/kcal

2 g Eiweiß

0 g Fett

22 g Kohlenhydrate

1 g Ballaststoffe

0 mg Cholesterin

Aus dem Buch: Fettfrei backen

## Schokoladebusserl

(3 Eiweiße)

- 3 Eiklar
- 140 g Staubzucker
- 140 g Haselnüsse, geriebene + 120- g ganze
- 120 g Schokolade, geriebene

Eiklar zu steifem Schnee schlagen, zuerst den Staubzucker, dann die geriebenen Nüsse und die geriebene Schokolade unterrühren. Aus der Masse kleine Kugeln formen, auf leicht gebuttertes Blech legen, mit ganzen Nüssen, ein wenig in die Kugeln gedrückt, belegen. Bei mittlerer Hitze backen, bis sich die Oberfläche fest anfühlt.

## Wespennester

3 Eiweiß

Portion/en: 1

- 3 Eiweiß
- 1 Prise Salz
- 250 g Zucker
- 400 g Mandel; gehackt
- 1 Pk. Vanillezucker
- 2 TL Kakao

Die gehackten Mandeln rösten. Eiweiß mit Salz sehr steif schlagen. Dabei Zucker, Vanillezucker und Kakao einrieseln lassen. Die abgekühlten Mandeln vorsichtig unterheben. Mit Hilfe von 2 Teelöffeln oder einem Spritzbeutel mit großer Tülle, auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech kleine Halbkugeln (ca. 3 cm Durchmesser) formen. Bei 160-180 Grad 20-30 min. backen.

## Witwenküsse

3 Eiweiß

Süße Versuchung

- Zutaten für 4 Portionen
- 3 Ei(er), davon das Eiweiß
  - 200 g Zucker
  - 1 Pkt. Vanillezucker
  - 125 g Schokoladenraspel
  - 250 g Mandeln, gehackt

## ZUBEREITUNG

Eiweiß steif schlagen. Zucker und Vanillezucker nach und nach unterrühren. Geraspelte Schokolade und gehackte Mandeln vorsichtig unterheben. Mit dem Teelöffel Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech setzen.

Bei 130 Grad C ca. 25 Min. backen.

15.4.01 Ulla CK

## Zimtkugeln.

3 Eiweiß

Habe sie am Wochenende ausprobiert und finde sie lecker:

3 Eiweiß  
250 g Puderzucker  
1 Vanillin-Zucker  
1 TL Zimt  
300 g gem. Haselnüsse  
ca. 40 g ganze Haselnüsse

Das Eiweiß steif schlagen, Puder- und Vanillinzucker unter ständigem Rühren einrieseln lassen.

Von dieser Masse ca. 1/2 Tasse abnehmen. Unter den Rest den Zimt und die gem. Haselnüsse rühren.

Aus dieser Masse ca. walnussgroße Kugeln formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Oben auf die Kugeln etwas von der Eischneemischung geben und darauf eine Haselnuss.

Die Zimtkugeln brauchen bei 125 Grad ca. 25-30 Minuten.

Viele Grüße

Supermaus 17.11.03 - 11:16

## Zimtsterne

3 Eiweiß

25 Stück

3 Eiweiß  
250 g Puderzucker  
300 g Mandeln, ungeschälte,  
-gemahlene  
1 TL Zimt  
Zitronenschale, etwas -abgeriebene



Guss

1 TL Rum

Das Eiweiß sehr steif schlagen und dabei den Puderzucker löffelweise dazugeben. 4 Esslöffel von der Masse zum Bestreichen abnehmen. Mandeln und Gewürze mit der restlichen Eiweißmasse verrühren. Den Teig auf Puderzucker oder zwischen Klarsichtfolie 1/2 cm dick ausrollen. Sterne ausstechen und auf ein gerettetes Backblech legen. Den zurückbehaltenen Eischnee mit dem Rum zu einer streichfähigen Glasur verrühren und die Sterne damit bestreichen. Das Blech zur Mitte in den Gasbackofen einschieben und backen bzw. trocknen lassen.

: : Backzeit  
: : ca. 15 Minuten  
: : Backen  
: : Stufe 1 (160°C)  
: : Vorbereitungszeit  
: : ca. 30 Minuten

Zimtsterne

3 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

500 g Mandeln, feingemahlene

300 g Puderzucker

2 TL Zimt

2 Ei(er), davon das Eiweiß

3 EL Likör (Mandellikör)

Bittermandelöl

Für die Glasur:

125 g Puderzucker

1 Ei(er), davon das Eiweiß

ZUBEREITUNG

Mandeln, Zucker, Zimt mischen. Eiweiß, Likör und Bittermandel untermengen. Daraus einen glatten Teig kneten. Den Teig zwischen Frischhaltefolien ca. 5 mm dick ausrollen (bitte kein Mehl höchstens Puderzucker verwenden, wenn ihr mit dem Ausrollen zwischen den Folien nicht klar kommt).

Die Sterne ausstechen und bei 150 Grad ca. 15 Minuten auf der untersten Schiene backen. Danach die Sterne abkühlen lassen. In der Zeit das Eiweiß für die Glasur steif schlagen und den Zucker einrühren. Die glasierten Sterne noch mal für ca. 5 min backen. Vorsicht, dass sie nicht zu dunkel werden.

Die Sterne werden am saftigsten, wenn die Mandeln frisch gemahlen werden.

22.11.03 Luchs1969 CK

### Zimtsterne, Super 3 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen

3 Ei(er), davon das Eiweiß  
250 g Puderzucker  
1 EL Zimt, gemahlen  
2 EL Zitronensaft  
Kirschwasser  
250 g Mandeln, gemahlene ungeschälte  
Zucker

#### ZUBEREITUNG

Eiweiß sehr steif schlagen. Puderzucker nach und nach dazu sieben. Mindestens 7 Minuten weiter schlagen, bis die Masse glänzt. Davon gut 3 EL für die Plätzchenglasur zugedeckt beiseite stellen. Zimtpulver, Zitronensaft (oder Kirschwasser) und Mandeln sorgfältig unter den Eischnee heben. Masse zu einer Kugel formen und zugedeckt 1 Stunde kalt stellen. Den Teig auf Zucker (oder zwischen Folie) ca. 1/2 cm dick ausrollen. Sterne ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Jeden Stern mit der Eiweißglasur bestreichen. Am besten geht's mit einem feinen Pinsel. Die Spitzen mit einer Stricknadel rausziehen. Zimtstern möglichst über Nacht bei Zimmertemperatur trocknen lassen. Beim Backen soll die Glasur hell bleiben.

Vorheizen: auf 225 Grad

Einsetzen: mittlere Schiene

Backen: 4 - 5 Min

Für mich die leckersten Zimtstern, die es gibt.

8.11.02 Aerdna CK

### Züri Leckerli 3 Eiweiß

Autor : Rene

Datum : 01.08.1994

Zutaten :

500 g Mandeln; geschält  
500 g Puderzucker

Bittermandelöl  
3 Eiweiß  
100 g Puderzucker  
1 El. Zitronensaft  
1 El. Kirsch  
200 g Schokolade  
2 El. Rum  
2 El. Sandelpulver

Zubereitung :

Es ist eine sehr vereinfachte Leckerli-Variante: sie enthält kein Honig, ist also kein echtes Leckerli-Rezept !

Die Züri- Leckerli können auch aus gekauftem Marzipan zubereitet werden.

Wegen der Verwendung von Eiweiß sind diese Leckerli nicht lange haltbar !

Mandeln sehr fein mahlen, eventuell zusätzlich im Mörser zerstoßen.

Zucker, Bittermandelöl und Eiweiße begeben, kneten, bis die Marzipanmasse fein und zusammenhängend ist.

Teig 1 cm dick auf Puderzucker auswallen. Rhomben ausschneiden und 1 bis 2 Stunden trocknen lassen.

Ca. 5 Minuten bei guter Hitze (220 Grad) in der Mitte des vorgeheizten Ofens backen.

Für die Glasur, Zucker, Zitronensaft und Kirsch glattrühren. Die noch heißen Leckerli damit glasieren.

Zur Variante 1: ergibt dunkle Leckerli. Schokolade schmelzen, mit dem Marzipan mischen, Rum begeben. Weiter wie oben.

Zur Variante 2: ergibt rote Leckerli. Sandelpulver mit dem Marzipan vermischen, weiter wie oben.

Zürileckerli

3 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen  
500 g Mandeln, geschält, gemahlen  
500 g Puderzucker  
wenig Bittermandelöl  
3 Ei(er), davon das Eiweiß

ZUBEREITUNG

Mandeln ev. noch zusätzlich im Mörser zerstoßen. Übrige Zutaten den Mandeln begeben. Solange kneten, bis die Masse fein und zusammenhängend ist. Die Masse auf Puderzucker auswallen. Model mit Puderzucker oder Mehl bestäuben und auf die Marzipanmasse drücken. Leckerli aus-

schneiden. Auf mit Backpapier belegtes Blech legen. 1 - 2 h trocknen lassen. 5 min bei ca. 202°C backen.

Als Varianten können folgende Zutaten beigemischt werden: etwas Cointreau, Grand Marnier oder Rum; etwas Rosenwasser oder Orangenblütenwasser; 2 EL Sandelholzpulver; 200 g Geschmolzene Schokolade. Natürlich kann auch fertige Marzipanmasse dafür verwendet werden.

20.12.02 Rihi

CK

## 4 Eiweiß

Berner Leckerli

4 Eiweiß

Zutaten für 1 Portionen

0.35 kg Haselnüsse, gemahlen

0.35 kg Mandeln, gemahlen

½ kg Zucker (Feinkristallzucker)

0.1 kg Orange(n) (kandierte Orangenschale)

1 TL Zimt

1 Zitrone(n) (Zesten einer Zitrone)

2 EL Konfitüre (Aprikosen)

4 Ei(er), davon das Eiweiß zu Schnee geschlagen

### ZUBEREITUNG

Alle Zutaten zusammen verrühren. 1 Tag im Kühlschrank ruhen lassen. Auf ein Backblech geben und 2 cm dick auswallen. Im 140°C heißen Ofen backen und dann erkalten lassen. In gleichmäßige Stücke schneiden.

31.7.01 Bashiba

CK

Brunli II

(4 Eiweiße)

4 Eiweiß,

1 EL Kirschwasser oder Wasser,

0,5 TL Zimt,

0,25 TL Nelkenpulver,

500 g Mandeln, geriebene

100 g Blockschokolade, fein -geriebene

350 g Zucker

Eiweiß in einer Schüssel mit einer Gabel leicht schlagen. Kirschwasser, Zimt und Nelkenpulver dazugeben.

Mandeln, Blockschokolade und Zucker zufügen. Alles von Hand rasch zu einem Teig kneten. Eventuell noch etwas Zucker begeben. Mit einem Teller bedeckt 1 Stunde kalt stellen. Elektro-Ofen auf 125 Grad, Umluft-Ofen auf 100 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 1 vorheizen. Zwei Kuchenbleche mit Backpapier belegen. Den Teig auf Zucker gut 1 cm dick auswallen. Mit einem immer wieder in Zucker getauchten Förmchen ausstechen. Mit der Zuckerseite nach oben auf das Blech legen. 15 Minuten backen. Die "Brunsli" müssen in der Mitte noch weich sein. Auf einem Gitter auskühlen lassen. In einer Weißblechdose aufbewahrt sind "Brunsli" 4 Wochen haltbar.

Dattel - Mandel - Makronen

4 Eiweiß

Zutaten für 100 Portionen

4 Ei(er), davon das Eiweiß

500 g Puderzucker

200 g Mandeln, in Stiften

200 g Datteln, in Stifte geschnitten

1 Zitrone(n), davon die abgeriebene Schale

100 Oblaten, Durchmesser: 4 cm

#### ZUBEREITUNG

Das Eiweiß ganz steif schlagen. Den Puderzucker löffelweise zufügen und mit einem Rührlöffel unterziehen. Mandelstifte, Datteln und Zitronenschale zufügen - vorsichtig untermischen.

Mit 2 Teelöffeln kleine Häufchen auf die Oblaten setzen. Nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 100° (E-Herd) 20 - 25 Min. mehr trocknen als backen. Im Ofen abkühlen lassen, dann erst vorsichtig vom Backpapier lösen.

6.12.02

Callista

CK

Feigen Mandel Makronen 4 Eiweiß

Das brauche ich

ca. 35 Stück

200 g brauner Zucker

175 g getrocknete Feigen

100 g Zartbitterkuvertüre

1 Msp. Vanille

125 g geschälte Mandeln gemahlen

1 EL Kakao

1 TL Lebkuchengewürz

1 Prise Meersalz  
4 Eiklar  
ca. 35 halbe Mandeln  
ca. 35 Backoblaten

Pro Stück ca. 78 kcal/312 kJ ,1,5 g Eiweiß, 3,5 g Fett, 10 g Kohlenhydrate

Das mache ich

Zucker im Mixer zu Staubzucker zerkleinern. Feigen klein würfeln. Kuvertüre zerhacken und schmelzen, mit Vanille, Mandeln, Kakao, Lebkuchengewürz, Salz, Zucker und Feigen mischen. Eiweiß zugeben - gut vermengen.

Die Masse 1 Stunde kühl stellen. Ca. 35 kleine Kügelchen formen, auf den Oblaten festdrücken. Je eine Mandelhälfte in die Mitte geben.

Im vorgeheizten Backofen bei 160 - 170 °C ca. 15 Minuten backen, bis sich auf der Oberfläche kleine Risse bilden. Auskühlen lassen.

Die Makronen bald essen. Sie halten sich ungefähr 1 Woche.

Tipp.

Für glutenfreie Makronen die Masse anstatt auf Oblaten in kleine Papierförmchen setzen und backen.

Reformhaus Kurier 11/2002

## Haselnuss-Lebkuchen 4 Eiweiß

Für 12 Stück

30 g Orangeat  
20 g Zitronat  
110 g Haselnüsse (gemahlen)  
150 g Marzipanrohmasse  
325 g Zucker  
4 Eiweiß  
20 g Honig  
1/4 Tl. Hirschhornsalz  
1 Tl. Wasser  
70 g Mehl  
12 Dockoblaten (7 cm o)  
20 g Mandeln, geschälte  
50 g Kuchenglasur, dunkle  
50 g Vollmilch-Kuchenglasur

30 g Kuvertüre, weiße

Orangeat und Zitronat im Universalzerkleinerer fein hacken, Nüsse in einer Pfanne ohne Fett auf 3 oder Automatik-Kochstelle 12 anrösten, auskühlen lassen.

Marzipanrohmasse zerbröckeln. 200 g Zucker dazugeben, nach und nach Eiweiß und Honig unterrühren. Über einem heißen Wasserbad auf 3 oder Automatik-Kochstelle 12 mit einem Schneebesen ca. 12 Min. aufschlagen. Vom Wasserbad nehmen und mit dem Handrührgerät kaltschlagen. Hirschhornsalz in kaltem Wasser auflösen und unterrühren.

Orangeat-Mischung, Nüsse und Mehl mischen und unter die Eimasse rühren. In einem Spritzbeutel mit Lochtülle Nr. 10 füllen und auf die Oblaten spritzen, dann glatt streichen. 6 Stück mit halbierten Mandeln belegen. Über Nacht trocknen lassen.

Auf ein vorbereitetes Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen backen.

Schaltung: 180 - 200°, 2. Schiebeleiste v.u. 160 - 180°, Umluftbackofen 12 - 15 Minuten

125 g Zucker und 50 ml Wasser aufkochen und ab dem Zeitpunkt des Kochens genau 3 Minuten sprudelnd kochen lassen. Sofort auf die mit Mandeln

belegten Lebkuchen streichen. Auskühlen lassen. Die Schokoladenglasuren nach Packungsanweisung auflösen, die Lebkuchen ohne Mandeln damit bestreichen und nach Belieben verzieren.

Ergibt ca. 12 Stück

Zubereitungszeit

105 Minuten

Haselnusskugeln

4 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen

4 Ei(er), davon das Eiweiß

300 g Zucker

460 g Haselnüsse, gemahlen

ZUBEREITUNG

Das Eiweiß sehr steif schlagen, den Zucker löffelweise hinzufügen und darunter schlagen. Die gemahlene Nüsse hinzufügen und die Masse drei Stunden kaltstellen.

Danach kleine Kugeln formen und auf eine gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Backblech setzen.

Bei 150 Grad auf der mittleren Schiene 10-15 Minuten backen

8.11.01 Floh CK

Haselnussmakronen 4 Eiweiß DIA

4 Eiweiße  
2 EL Orangensaft  
Flüssigsüßstoff  
120 g gemahlene Haselnüsse  
einige Tropfen Rumaroma  
1 TL Speisestärke  
1 gestr. TL stark entöltes Kakaopulver  
58 Backblaten (ca.)  
15 ganze Haselnüsse (ca. 20 g)

Eiweiß mit Orangensaft und Flüssigsüßstoff schaumig schlagen. Die Haselnüsse, Rumaroma, Speisestärke und Kakao unterziehen. Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf die Backblaten setzen. Die Haselnüsse halbieren und je eine in die Mitte der Makronen setzen. Bei 175 °C (Gas: Stufe 2) ca. 15 Minuten backen.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten. Pro Stück ca. 145 kJ = ca. 35 kcal

Kokosberger Riesen- 4 Eiweiß

300 g Kokosraspel,  
200 g Marzipan-Rohmasse,  
2 EL Zitronensaft,  
4 Eiweiß,  
250 g Puderzucker

Kokos, Marzipanwürfel und Zitronensaft vermischen. Eiweiß steif schlagen, Puderzucker langsam zufügen und mit der Kokosmasse vermengen.

Backblech mit Backpapier auslegen. Kokosmasse in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen.

8 Häufchen mit großem Abstand aufs Blech spritzen.

Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 150 °C / Gasherd: Stufe 1) 25 - 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde



## Lebkuchen - Marzipan - Sticks

4 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen

125 g Marzipan - Rohmasse

200 g Zucker

4 Ei(er), davon das Eiweiß

1 Prise Salz

300 g Mandeln, gemahlene

2 EL Mehl

4 TL Lebkuchengewürz

Zucker, feiner, zum Dekorieren

Das Marzipan zerkleinern, Zucker und 1 Eiweiß zufügen und zu einer geschmeidigen Masse verrühren. Das übrige Eiweiß mit Salz halbsteif schlagen und ebenfalls zufügen.

Mandeln, Mehl und Lebkuchengewürz dazu geben und alles gut verkneten. Den Teig 12 Stunden kühlen.

Die Arbeitsfläche mit Kristallzucker bestreuen. Den Teig in walnussgroße Stücke teilen und je zu einer ca. 1 cm dicken und 6 cm langen Rolle formen. Diese Röllchen im Zucker wälzen, auf mit Backpapier belegte Backbleche legen und bei 160°C (Umluft 140°C) für ca. 15 min backen. Die Sticks sind nach dem Backen noch weich. Trotzdem nicht länger backen lassen. Danach auskühlen lassen und fertig sind sie.

3.12.03 Naschkatze65

CK

## Haselnuss - Makronen

4 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

4 Ei(er), davon das Eiweiß

250 g Puderzucker

1 Zitrone(n), unbehandelt

250 g Haselnüsse, gemahlen

Oblaten, Durchmesser 5 cm

Haselnüsse, ganz

### ZUBEREITUNG

Das Eiweiß mit dem Puderzucker zu steifen Schnee schlagen. Abgeriebene Schale einer Zitrone und gemahlene Haselnüsse unterheben. Mit dem Teelöffel kleine Häufchen auf die Oblaten setzen. Obendrauf je eine Haselnuss setzen, 3 Stunden trocknen lassen und dann ca. 20 Minuten bei 120 °C backen.

1.5.03 Charlie

CK

## Makronen Haselnuss

4 Eiweiß

Zutaten für 30 Portionen

200 g Haselnüsse, gemahlen

180 g Zucker

4 Ei(er), davon das Eiweiß

1 Msp. Zimt, gemahlen

2 Tropfen Bittermandelöl

Oblaten (70 mm Durchmesser)

### ZUBEREITUNG

Das Eiweiß mit Handrührgerät mit Rührbesen auf höchster Stufe so steif schlagen, dass ein Messerschnitt sichtbar bleibt. Nun nach und nach den Zucker, den Zimt und das Bittermandel-Aroma unterrühren. Dann vorsichtig die Haselnüsse unterrühren. Nun die Masse auf den Oblaten (ca. 1 gehäuften Teelöffel) verteilen.

Backzeit: ca. 15 - 20 Minuten

E-Herd: Ober- & Unterhitze ca. 175°C (goldbraun)

4.10.02 HG 3001 Design

CK

## Plätzchen, italienische

4 Eiweiß

Zutaten für 45 Portionen

4 Ei(er), davon das Eiweiß

350 g Mandeln, geschälte, gemahlene

200 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker (Bourbon)

1 Pck. Aroma (Finesse feine Zitronenschale)

150 g Pinienkerne

Puderzucker

### ZUBEREITUNG

Eiweiß steif schlagen, 200 g Mandeln, Zucker, Vanillezucker und Zitronenschale mischen, unterheben, Masse in einer beschichteten Pfanne bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren so lange erhitzen, bis sie zur Hälfte reduziert ist. Abkühlen lassen.

Je nach Feuchtigkeit noch bis zu 100 g gemahlene Mandeln unterrühren. Hände mit Puderzucker bestäuben, je 1 Teelöffel Teig zu Hörnchen formen. In die Pinienkerne geben, etwas nachformen. auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C auf mittlerer Schiene 10 - 12 Minuten backen.

18.11.03 Zuckerbacher

CK

## Schokomandelsplitter

4 Eiweiß

50 Portionen

200 g gestiftelte Mandeln  
100 g Halbbittere Kuvertüre  
180 g Puderzucker  
2 Pk. Vanillezucker  
30 g Mehl  
4 Eiweiß  
50 g Halbbittere Kuvertüre  
zum Garnieren

Die Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett etwas anrösten, abkühlen lassen. Die Kuvertüre reiben und mit 120g Puderzucker, Vanillezucker, Mehl und 100g Mandeln mischen.

Das Eiweiß mit dem restlichen Puderzucker zu sehr steifem Schnee schlagen. 1/3 des Eischnees leicht unter die anderen Zutaten rühren, dann den Rest vorsichtig unterheben. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Mit zwei Teelöffeln Häufchen aufs Backblech setzen (Teelöffel zwischendurch in Wasser tauchen, dann löst sich die Masse besser). Ein Blech auf die unterste Einschubleiste, das andere auf die 2. Einschubleiste von oben schieben. Im vorgeheizten Backofen 30 Min. backen. Das Gebäck noch warm vom Papier lösen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Die restliche Kuvertüre im Wasserbad schmelzen. Auf jedes Plätzchen einen Tupfer Kuvertüre geben und ein paar Mandelstifte darauf drücken.

Backzeit insgesamt etwa 60 Minuten  
Elektroherd 125°C Gas Stufe 1 Umluftherd 100°C

## Schokotatzen

4 Eiweiß

Zutaten für 50 Portionen  
200 g Haselnüsse, gemahlen  
4 Ei(er), davon das Eiweiß  
Salz  
250 g Zucker  
150 g Kuvertüre, halbbitter  
1.5 EL Kakaopulver  
1 TL Zimt  
200 g Konfitüre (Johannisbeer-Konfitüre)  
150 g Kuchenglasur, dunkel

## ZUBEREITUNG

Nüsse auf dem Backblech bei 200 Grad 6-8 min goldbraun rösten, auskühlen lassen.

Eiweiß und 1 Pr. Salz steif schlagen, 180 g Zucker einrieseln und weiter schlagen, bis Masse fest und glänzend ist. Fein geriebene Kuvertüre, Kakao und Zimt mischen, zusammen mit den Nüssen vorsichtig unter die Eiweißmasse ziehen.

Masse in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen, kleine Tatzen von ca. 4 cm Länge auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen. Mit restlichem Zucker bestreuen, bei 150 Grad 12-15 min backen, mit dem Papier vom Blech ziehen, erkalten lassen.

Jeweils zwei Tatzen mit Gelee zusammensetzen. Gehackte Kuvertüre und Kuchenglasur im Wasserbad schmelzen, Gebäck mit dem dicken Ende eintauchen, trocknen lassen. Zwischen Pergamentpapier in gut schließenden Dosen lagern.

25.10.03 Angie17

CK

## Zimtsterne mit Marzipan

4 Eiweiß

Zutaten für 40 Portionen

100 g Marzipan - Rohmasse

3 Ei(er), davon das Eiweiß

150 g Puderzucker

Zimt, (nach Geschmack)

100 g Haselnüsse, gemahlen

100 g Mandeln, gemahlen

Für die Glasur:

1 Ei(er), davon das Eiweiß

70 g Puderzucker

## ZUBEREITUNG

Marzipanrohmasse, Mandeln und Nüsse mischen. Eiweiß mit Puderzucker schlagen, zu der Marzipanmischung dazugeben und alles gut vermischen. Zimt nach Geschmack dazugeben. Wenn der Teig zu sehr klebt, noch Mandeln oder Nüsse dazugeben.

Teig auf einem mit Zucker bestreuten Backpapier etwas flach drücken. Mit Zucker bestreuen, mit einem 2. Backpapier bedecken und ca. 1 cm dick ausrollen.

Eiweiß und Puderzucker zu einem festen, glänzenden Guss aufschlagen. Eventuell noch Puderzucker zugeben, falls die Glasur zu dünnflüssig ist. Teigplatte mit Guss bestreichen/bepinseln.

Platte ca. 1 Std. einfrieren. Dann herausnehmen und mit einem in heißes Wasser getauchten Ausstecher dicht an dicht Sterne ausstechen und auf

Bleche mit Backpapier setzen. Reste nochmals wie oben ausrollen und ausstechen.

Im vorgeheizten Ofen bei 130°-140° C ca. 15-20 Min. mehr trocknen als backen. Beim Backen beobachten, damit der Guss hell bleibt.

Hinweis: Es gibt spezielle Zimtstern- Ausstecher, die zum Ausstechen zusammengedrückt und dann wieder aufgeklappt werden, damit der Zimtstern aus dem Ausstecher fällt, ohne die Glasur zu beschädigen. Sehr empfehlenswert, wenn wie hier die Glasur vor dem Ausstechen aufgetragen wird. Die Sternform wird durch das vorherige Auftragen der Glasur deutlicher

22.11.03 Henrietta CK

## 5 Eiweiß

### Dattelkonfekt

### 5 Eiweiß

200 g Datteln ohne Stein  
200 g Kokosflocken  
5 Eiweiß  
2 El Zitronensaft  
30 g Honig  
0,5 Tl ger. Vanille  
1 Zitrone, Schale von  
100 g gehobelte Haselnüsse

Datteln in feine Streifen schneiden, mit Kokosflocken mischen. Eiweiß steif schlagen, Zitronensaft und Honig unter den Eischnee schlagen, Vanille und Zitronenschale dazugeben. Kokos-Dattelmischung und Haselnüsse untermengen.

Kirschgroße Kugeln formen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 20 Minuten auf der mittleren Schiene backen.

(ca. 50 kcal/210 kJ pro Stück)

### Himbeerschäumchen

### 5 Eiweiß

Zutaten für 100 Portionen  
500 g Puderzucker  
½ Zitrone(n) - Saft und abgeriebene Schale  
600 g Mandeln, geschälte, gemahlene

150 g Himbeeren, (Tiefkühl oder Frisch)  
80 g Zucker  
5 Ei(er) , davon das Eiweiß

#### ZUBEREITUNG

150 g frische oder tiefgefrorene Himbeeren mit 80 g Zucker etwa 8-10 Minuten kochen. Erkalten lassen und durch ein feines Sieb streichen, damit die Kerne zurückbleiben. Das Eiweiß mit dem gesiebten Puderzucker am besten mit dem elektrischen Handrührgerät schaumig rühren. Eine Tasse von dieser Masse für den Guss zurückbehalten und mit Folie abdecken.

Nun mit dem Schneebesen den Zitronensaft und die Zitronenschale unter die restliche Eiweißmasse rühren und dann das abgekühlte Himbeermark und die gemahlene Mandeln.

3 Backbleche mit Pergament- oder Baktrennpapier belegen und kleine, runde Makronen (am besten mit zwei nassen Teelöffeln von der Teigmasse abstechen) auf die Bleche setzen. Mit einem Kochlöffelstiel in die Mitte eine Vertiefung drücken und die zurückbehaltene Glasur mit einem Teelöffel oder einer Papiertüte einfüllen.

Die Makronen 2 Stunden abtrocknen lassen. Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Die Makronen auf der mittleren Schiebeleiste etwa 20 Minuten backen.

15.12.03 Teetrinker CK

## 6 Eiweiß

Herzoginnen 6 Eiweiß  
Nussmakronen mit Schokoladenfüllung

Zutaten für 50 Portionen

### 6 Eiweiß

250 g Puderzucker  
200 g Mandeln, gemahlen  
150 g Haselnüsse, gemahlen  
50 g Butter  
Für die Füllung:  
Schokolade

#### ZUBEREITUNG

Eiweiß **SEHR STEIF** schlagen, anschließend Puderzucker dazugeben. Dann Mandeln und Haselnüsse vorsichtig darunter ziehen. Flüssige, jedoch nicht zu heiße Butter reinlaufen lassen (Teig sollte ziemlich fest sein!).

Kleine Hütchen aufs Blech spritzen und bei 100 Grad trocknen lassen (dauert ca. 30 Minuten).

Abkühlen lassen, Schokolade schmelzen und je 2 Plätzchen damit zusammenkleben.

Die Mengenzahl bestimmt sich je nach Größe der Hütchen.

7.5.04 Baerenkueche CK

### Marzipan - Makronen 6 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

15 Stück Zwieback

6 Ei(er), davon das Eiweiß

250 g Puderzucker

2 Pck. Vanillezucker

1 Flasche Rum-Aroma

80 g Mandeln (Blättchen)

375 g Marzipan - Rohmasse

1 Prise Salz

### ZUBEREITUNG

Eiweiß sehr schaumig schlagen. Zwiebäcke klein bröseln. Marzipan in kleine Stückchen schneiden.

Alles unter die Eiweißmasse heben und gut verrühren.

Mit zwei Teelöffeln nicht zu dicke Makronen auf Backpapier formen.

Bei 200° 20 Minuten backen.

19.11.03 Uschi G CK

### Nussmakronen mit Schokoladenfüllung 6 Eiweiß

Herzoginnen

Zutaten für 50 Portionen

6 Eiweiß

250 g Puderzucker

200 g Mandeln, gemahlen

150 g Haselnüsse, gemahlen

50 g Butter

Für die Füllung:

Schokolade

### ZUBEREITUNG

Eiweiß s e h r s t e i f schlagen, anschließend Puderzucker dazugeben. Dann Mandeln und Haselnüsse vorsichtig darunter ziehen. Flüssige, jedoch nicht zu heiße Butter reinlaufen lassen (Teig sollte ziemlich fest sein!). Kleine Hütchen aufs Blech spritzen und bei 100 Grad trocknen lassen (dauert ca. 30 Minuten).

Abkühlen lassen, Schokolade schmelzen und je 2 Plätzchen damit zusammenkleben.

Die Mengenzahl bestimmt sich je nach Größe der Hütchen.

7.5.04 Baerenkueche

CK

Teebrot

6 Eiweiß

Eiklar - Verwertung

Zutaten für 8 Portionen

6 Ei(er), das Eiklar davon

150 g Puderzucker

1 Prise Salz

100 g Mandeln oder Nüsse, fein gerieben

30 g Zitronat oder Arancini, fein gehackt

40 g Schokolade, gerieben

50 g Mehl (Weizenmehl)

50 g Butter, flüssig

#### ZUBEREITUNG

Die 6 Eiklar mit der Hälfte des Zuckers und einer Prise Salz steif schlagen, so dass ein zäher, glänzender Schnee entsteht. Nüsse oder Mandeln, Zitronat oder Arancini, geriebene Schokolade, Mehl und der restliche Zucker werden gut vermischt und mit einem Kochlöffel in den Schnee einmeliert. Zum Schluss wird die lauwarme flüssige Butter vorsichtig eingerührt.

Die Masse wird in eine gebutterte und bemehlte, rechteckige Form mit höherem Rand, 4-5 cm dick gefüllt und bei 125-150°C Umluft in mittlerer Schiene 50-55 Min. gebacken.

Am nächsten Tag in nette Scheiben schneiden.

26.10.03 Traude

CK

Zimtbaisermakronen

6 Eiweiß

Portion/en: 30

6 Eiweiß

1 Prise Salz

250 g Puderzucker

10 g Vanillezucker



200 g Mandeln; gemahlen  
100 g Haselnüsse; gemahlen  
1 1/2 Ei Zimt  
50 g Mehl

Eiweiß mit Salz steif schlagen. Dabei langsam Zucker und Vanillezucker einrieseln lassen. Von diesem Baiser eine Tasse voll abnehmen (Menge bezogen auf 30 Stück).

Mandeln, Nüsse, Zimt und Mehl unterheben. Dabei vorsichtig rühren, damit der Teig seine luftige Konsistenz behält.

Diesen Teig in einen Spritzbeutel mit breiter Sternlochtülle füllen, 5 bis 6 cm breite, ca. 15 mm hohe Häufchen auf das mit Backpapier belegte Blech spritzen.

Mit der beiseite gelegten Baisermasse üppig bestreichen und im auf 160 Grad vorgeheizten Ofen ca. 50 Minuten backen; nach 20 Minuten, die Ofentemperatur auf 140 Grad C herabsetzen.

29.10.04  
habe zwei Versuche unternommen,  
sind mir beide Misserfolge,

Hans60

## 7 Eiweiß

Mohn - Powidl - Makronen, 7 Eiweiß  
Königgrätzer

Zutaten für Portionen  
200 g Marzipan  
50 g Puderzucker  
7 Ei(er), davon das Eiklar  
150 g Mohn, gemahlen  
100 g Haselnüsse  
Zimt und Nelkenpulver  
Zitrone(n) - Schale, gerieben  
Pflaumenmus (Powidl), zum Füllen  
Kuvertüre, zum Tunken

ZUBEREITUNG

Das Marzipan mit dem Staubzucker verkneten, nach und nach die Eiklar untermengen, so dass eine glatte Masse entsteht. Dann den Mohn, die Haselnüsse, Zimt, Nelkenpulver und die Zitronenschale einarbeiten. Das Ganze ca. 30 Min. rasten lassen, dann in einen Spritzsack füllen, nussgroße Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech dressieren und im vorgeheizten Rohr bei 180°C 12-15 Min. backen. Je zwei Makronen mit Powidl zusammensetzen und zur Hälfte in Kuvertüre tauchen.

7.11.02 Ziki

CK

### Mohnmakronen mit Pflaumenfüllung 7 Eiweiß

Zutaten für 70 Portionen

200 g Mohn, gemahlen (kein Mohnback)

100 g Haselnüsse, gemahlen

1 TL Zimt

½ TL Nelken, gemahlen

1 TL Zitrone(n) - Schale, dünn abgeriebene unbehandelte

1 Prise Salz

200 g Marzipan - Rohmasse

200 g Zucker

7 Ei(er), davon das Eiweiß (Gewichtsklasse 3)

100 g Pflaumenmus

150 g Kuvertüre, Halbbitter

100 g Kuchenglasur, dunkle

80 g Kuvertüre, weiße

### ZUBEREITUNG

Mohn mit Nüssen, Zimt, Nelken, Zitronenschale und Salz mischen. Marzipan und Zucker verkneten, nach und nach Eiweiß unterkneten (es sollen keine Klümpchen entstehen!) Mohnmischung unter Marzipanmasse rühren, 30 min quellen lassen, nochmals durchrühren.

Mit TL oder Spritzbeutel Nr.7 ca. 140 haselnussgroße Häufchen mit 4-5 cm Abstand auf mit Backpapier ausgelegte Bleche geben.

Auf der zweiten Schiene von unten bei 180 Grad (Gas 2 - 3, Umluft 12-15 min bei 150 Grad) 15 - 18 min backen, Gebäck mit Papier vom Blech ziehen und auskühlen lassen.

Makronen vom Papier lösen, die Hälfte davon auf der flachen Seite mit Pflaumenmus bestreichen, restliche darauf setzen.

Dunkle Kuvertüre mit Kuchenglasur im Wasserbad auflösen, Makronen seitlich bis zur Hälfte eintauchen, am Gefäßrand abstreifen und trocknen lassen.

Mit der geschmolzenen weißen Kuvertüre feine Linien auf die Makronen sprenkeln oder spritzen, fest werden lassen.

6.11.02 Angie17

CK

Ich habe diese Makronen gerade wieder einmal gebacken - hier noch 2 Tipps: Da ich keinen Spritzbeutel mit Tülle Nr. 7 besitze, habe ich die Masse einfach in meine Gebäckspritze aus Plastik gefüllt - und zwar ohne Tülle! Das funktionierte ganz großartig - die Tupfen wurden alle gleichmäßig und es ging schnell.

Und noch was: die Makronen sollten beim Backen nicht bräunen, sondern grau bleiben und höchstens nur eine kleine braune Spitze aufweisen - sonst sind sie nämlich nicht ganz so saftig.

LG Angie

## 9 Eiweiß

### Massepains

### 9 Eiweiße

- 500 g Mandeln, abgezogen
- 3 Eiweiß
- etwa 150 g-Aprikosenmarmelade
- etwa 500 g Puderzucker
- einige Tropfen -Orangenblütenwasser
  
- 1 Limette, entkernt und -feingehackt
- 6 Eiweiß, leicht geschlagen
- etwa 350 g Puderzucker

Menon war Küchenchef am Hof Ludwigs XV von Frankreich. Er schrieb mehrere Kochbücher. "La Cuisinière Bourgeoise", das Kochbuch, dem das folgende Rezept entnommen ist, erschien im Jahre 1746; es blieb mehr als 100 Jahre lang das populärste französische Kochbuch.

Die abgezogenen Mandeln im Mörser zerstoßen, dabei nach und nach das Eiweiß dazu geben. Die Mandeln mit der Aprikosenmarmelade, die nicht flüssig sein darf, und mit dem Orangenblütenwasser vermischen und gut verrühren. Danach die Masse mit etwa 250 g Puderzucker in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren trocken und fest werden lassen. Die Masse auf die Arbeitsfläche geben und kneten bis sie schön glatt ist. Etwas Puderzucker hinzufügen, damit sie nicht an den Händen klebt. Dann die Masse nach Belieben zu Figuren formen.

Für die Glasur die feingehackte Limette zum leicht geschlagenen Eiweiß geben.

Die Marzipanfiguren hineintauchen und anschließend in Puderzucker wälzen, sie sollen möglichst dick mit Zucker überzogen sein. Die Figuren auf mit Pergamentpapier ausgelegte Backbleche legen und diese für 15 Minuten in den auf 150°C vorgeheizten Backofen schieben, bis die Glasur trocken, aber noch nicht braun ist.

## 10 Eiweiß

### Müsliwürfel 10 Eiweiß

Für 80 Stück

500 g Müsli ohne Zucker mit 30%  
400 g Haferflocken  
100 g Weizenkleie  
400 g Nesquik (Typ Nuss Nougat)

### 10 Eiweiß

1 Prise Salz

Müsli, Haferflocken, Weizenkleie und Nesquik gut mischen. Eiweiß mit Süßstoff zu Schnee schlagen und mit den trockenen Zutaten gut vermischen. (Kein Rührgerät verwenden, sondern einen haltbaren Löffel) Backpapier doppelt überstehend auf ein Blech auslegen, so dass es überall übersteht. Den Müsliteig auf dem Blech 1 cm dick aufstreichen. Auf den Müsliteig eine große WW - Backfolie auflegen und den Teig richtig fest walzen. Backfolie abziehen. Mit einem Pfannenwender oder Messer die Würfel gut vordrücken. (Später geht das zu schwer) Ofen auf 160°C aufheizen, dann ca. 25 - 30 Min. backen. Ofentür öffnen und das Blech noch 15 Min im Ofen lassen. Wenn die Müsliplatte nur noch lauwarm ist, sollten die vorgeschnittenen Müsliwürfel mit dem Pfannenwender oder einem Messer getrennt werden. Die abgekühlten Würfel sofort in kleine Dosen verpacken. Je weniger Sauerstoff in den Dosen verbleibt, um so haltbarer sind die Würfel.

Pro Stück 1 Points

## G + ml Eiweiß

### Brunslis 140 g Eiweiß

: 90 Stück

150 g Crémant- Schokolade; gerieben  
12 g Rohkakao  
400 g Ungeschälte Mandeln sehr fein gerieben  
260 g Grießzucker  
140 g Eiweiß

160 g Puderzucker

Die Schokolade und den Rohkakao im Wasserbad bei maximal 40 Grad auflösen. Die Mandeln mit dem Zucker und dem Eiweiß vermengen. Nach und nach den Puderzucker und die Schokolademasse unterziehen. Es entsteht ein sehr weicher Teig, den man über Nacht stehen lässt.

Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Teigmasse auf dem Mehl zwischen zwei Teighölzern auf einen Zentimeter Dicke auswallen. Den Teig mit dem Rippholz rippen. Die Guetzli ausstechen und auf das mit Backpapier belegte Blech legen. In der Ofenmitte acht bis zehn Minuten backen.

Wenn Sie das Brunzli mit dem Spatel anheben, sollte der Boden ganz leicht Farbe angenommen haben.

Brunzli- Mutters ---- 200 ml Eiweiß

: 1 Rezept

900 g Ungeschälte Mandeln-- gemahlen

900 g Puderzucker

150 g Kakaopulver; keinesfalls- Schokoladepulver

200 ml Ungeschlagenes Eiweiß

100 ml Kirsch

Monsieur Paul: Ich mag die Brunzli meiner Mutter am liebsten und habe sie darum um ihr Rezept gebeten. Es ist mit Basler Brunzli betitelt, aber woher sie es hat, weiß sie nicht mehr - sie hat es schon seit Jahrzehnten. Diese Brunzli werden mit mehr Hitze und kürzer gebacken als die Brunzli in den meisten anderen Rezepten. Damit sie innen schön feucht bleiben, müssen sie kühl aufbewahrt werden. Das nachstehende Rezept ergibt eine ziemlich große Menge. Die Guetzli sind aber so fein, dass sicher keine übrig bleiben.

Ungeschälte gemahlene Mandeln in eine Schüssel geben. Puderzucker und Kakaopulver (keinesfalls Schokoladepulver) darüber sieben und gut vermischen. Ungeschlagenes Eiweiß und Kirsch dazugeben und das Ganze zu einem Teig vermischen. Zwischen Klarsichtfolien 1 Zentimeter dick auswallen.

Guetzli ausstechen und mit 2 Zentimeter Abstand voneinander auf ein mit Blechreinpapier bedecktes Blech legen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen nur 5 bis 6 Minuten backen. Dabei die

Backofentüre einen Spalt offen halten (zum Beispiel mit einer Kelle), damit der Dampf entweichen kann.

## Dattelbusserl 2 g Eiweiß

(Weihnachtsbäckerei)

Zutaten für 1 Portionen  
50 kleine Oblaten, runde  
140 g Mandeln, geschälte, gehobelte  
140 g Datteln  
2 g Ei(er), davon das Eiweiß  
1 EL Wasser  
140 g Zucker  
6 Datteln, (zum Dekorieren)

### ZUBEREITUNG

Datteln in feine Streifen schneiden. Eiweiß mit warmem Wasser über Dunst dickschaumig schlagen, Zucker dazugeben, ca. 5 Min weiterschlagen. Von der Hitze nehmen, Mandeln und Datteln nach und nach unterheben. Mit einem Kaffeelöffel kleine Häufchen ("Busserl") auf die Oblaten geben. Im vorgeheizten Rohr auf mittlerer Schiene bei 160°C 20 Minuten backen (leichte goldgelbe Färbung)

Ganz auskühlen lassen, erst dann vom Blech nehmen.

Eventuell verbliebene Datteln in dünne Streifen schneiden und die Busserl damit verzieren.

Ein Rezept auch für jene, die Datteln "pur" nicht unbedingt so mögen.

10.12.03 Hari1 CK

## Negerküsse 100 g Eiweiß GF

Zutaten

3 g Gelatine  
10 g Wasser  
100 g Hühnereiweiß  
200 g Zucker oder Sorbit S  
40 g Wasser  
10 Runde Eiswaffeln o. ( GF nehmen , oder einen eigenen Teig herstellen)

Zubereitung:

Oblaten - 3 g Gelatine in 10 g Wasser quellen lassen.

Hühnereiweiß mit Quirl cremig aufschlagen, nicht steif schlagen.

- Gelatinemischung im Wasserbad bis 70 C erwärmen und auflösen, nicht steif schlagen.

- Wasser und Zucker im offenen Topf kochen. Dabei vorsichtig mit einem Holzlöffel umrühren. Temperatur. mit dem Thermometer kontrollieren.

Dass Wasser muss so lange verdampfen, bis die Zuckerlösung so konzentriert ist, dass sie 120 C erreicht. Wenn Sie mit Sorbit arbeiten, sollten Sie das mit Süßstoff aufgesüßte Sorbit S verwenden. Kochen Sie es wie den Zucker, aber bis 128 C.

- Mit dem Quirl schlagen Sie den Eischnee und lassen währenddessen die 120 C heiße Zuckerlösung sofort aus dem Kochtopf langsam in den Eischnee laufen.

- Alles sorgfältig vermischen und die gelöste Gelatine unter Rühren dazugeben.

Dann per Hand mit dem Schneebesen kalt rühren und dabei Luft unterschlagen.

- Nach 30-60 Min. im Kühlschrank verfestigt sich die Masse.

- Die kalte Schneemasse auf die Eiswaffeln spritzen.

- Wenn die Masse gut auf den Waffeln hält Schokoladenglasur schmelzen und abkühlen lassen, bis sie sich nicht mehr warm anfühlt, muss aber noch flüssig sein. Dann glasieren.

## Konfekt

### Nougat in weiß

### 2 Eiweiß

Zutaten für 2 Portionen

300 g Zucker

2 EL Zucker (Traubenzucker)

1 Msp. Salz

50 g Haselnüsse

100 ml Wasser

2 Ei(er), davon das Eiweiß

50 g Pistazien

30 g Rosinen

100 g Mandeln, gehobelte

## ZUBEREITUNG

Das Eiweiß mit dem Salz und 20 g Zucker steif schlagen. Den restlichen Zucker und den Traubenzucker mit dem Wasser auf 152°C kochen.

Den heißen Zucker langsam in den Eischnee gießen und schlagen bis die Masse vollkommen kalt ist.

Die restlichen Zutaten untermischen und ca. 2 cm dick auf ein Backblech streichen.

Einen Tag stehen lassen damit die Masse fest wird.

1.12.03 Der Chefkoch

CK

## Nonnenküsschen

2 Eiweiß

Zutaten für 30 Portionen

2 Ei(er), davon das Eiweiß

1 Pck. Vanillezucker

200 g Zucker

200 g Mandeln, gehackte und geröstet

30 Haselnüsse

## ZUBEREITUNG

Das Eiweiß steif schlagen und nach und nach Zucker und Vanillezucker zufügen. Die gerösteten und gehackten Nüsse unterheben. Mit einem Löffel von der Masse kleine Häufchen abstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Jedem Kuss eine Nuss als Verzierung aufsetzen.

Im Backofen bei 150° Grad etwa 25-30 Minuten backen.

12.11.02 Rosi R.

CK

## Königsberger Marzipan

3 Eiweiß

Vorbereitungszeit ca. 30 Minuten

Zutaten:

500 g Süße Mandeln

Bittere Mandeln (einige)

350 g Puderzucker

3 El. Rosenwasser

3 Eiweiß

Zubereitung: Die Mandeln mit kochendem Wasser übergießen, kurz stehen lassen und dann die Schalen abziehen. Mandeln fein mahlen. Puderzucker und gemahlene Mandeln mischen, nach und nach das Rosenwasser hinzufügen und alles zu einen festen Teig verkneten. 12-24 Stunden an



einem kühlen Ort ruhen lassen. Die Teigmasse etwa 1/2 cm dick ausrollen. Mit Ausstecher oder Modeln kleine Formen ausstechen. Auf die Ränder kleine Marzipankügelchen legen und mit einem Messer Muster in die Oberfläche einritzen. Im Backofen bei reichlich Oberhitze backen, bis das Marzipan etwas gebräunt ist. Aus dem Ofen nehmen und mit dem Eiweiß bestreichen.

## Halval

## 5 Eiweiß

5 Eiweiß  
300 g Puderzucker  
100 g kandierte Früchte feingehackt  
150 g dünnflüssiger Honig  
150 g Mandeln grobgehackt  
2 groß. Oblaten

Eiweiß zu Schnee schlagen, Zucker dazugeben und weiterschlagen, bis eine glatte glänzende Masse entsteht, den Honig dazugeben und im Wasserbad 25 Minuten lang unter ständigem Rühren kochen.  
Die Mandeln und kandierten Früchte unterrühren und die Masse auf eine Oblate streichen mit der zweiten Oblate zudecken, etwas zusammendrücken und erkalten lassen.  
Die Halva in längliche Würfel schneiden.

### 8.4.04 Schraegervogel CK

## Halwa, Türkische

## 6 Eiweiß

Muss innerhalb von 5 Tagen verzehrt sein!

Zutaten für 56 Portionen  
75 g Sesam  
150 g Mandeln, abgezogen  
50 g Orangeat  
50 g Zitronat  
50 g Kirschen (Belegkirschen), rot und grün

## 6 Eiweiß

1 Prise Salz  
350 g Zucker  
100 g Honig  
2 EL Rosenwasser, (Apotheke)

8 Oblaten, 10x20 cm

#### ZUBEREITUNG

Die Sesamsamen in einer Pfanne ohne Fett unter ständigem Rühren hellbraun rösten und abkühlen lassen.

Die Mandeln mit dem Zitronat, dem Orangeat, den roten und grünen Belegkirschen klein hacken. Die Eiweiße mit dem Salz zu steifem Schnee schlagen. Den Zucker in den Eischnee rieseln lassen und weiterschlagen, bis der Eischnee gut glänzt.

Die Schüssel mit dem Eischnee ins Wasserbad stellen und die Masse unter Rühren im Wasserbad erhitzen. Nach und nach den Honig unter die Eiweißmasse rühren. Das Wasser im Wasserbad darf leicht kochen. Die Masse so lange weiterrühren, bis sie beginnt, fest zu werden; das dauert etwa 30 Minuten. Die feste Masse aus dem Wasserbad heben und mit den Sesamsamen, den kleingehackten Früchten und dem Rosenwasser mischen.

Vier Backoblaten nebeneinander auf ein Holzbrett legen und mit einem nassen Messer die Halwamasse glatt auf die Oblaten streichen. Die Masse mit den restlichen vier Oblaten bedecken, ein zweites Holzbrettchen drauflegen, behutsam glätten und alles im Kühlschrank etwa 24 Stunden fest werden lassen.

Das Halwa dann in etwa 3 cm breite und 5 cm lange Streifen schneiden.

19.5.04 Chop Suey                      CK

## Kuchen

### 7 Eiweiß

Eiweißkuchen Großmutter's

7 Eiweiß

Zutaten für 6 Portionen

125 g Butter

7 Ei(er), davon das Eiweiß

225 g Zucker

2 Pkt. Vanillezucker

100 g Mehl (Weizenmehl)

1 Msp. Backpulver

100 g Mandeln, abgezogen, gehackt

50 g Schokolade, Zartbitter zum Besprenkeln

#### ZUBEREITUNG

Für den Teig Butter zerlassen und etwas abkühlen lassen. Eiweiß und Salz mit Handrührgerät mit Rührbesen auf höchster Stufe sehr steif schlagen. Zucker und Vanillinzucker mischen, nach und nach unterrühren. Mehl, Backpulver und Mandeln mischen, unter den Eischnee heben. Zum Schluss die flüssige Butter vorsichtig unterziehen. Den Teig in eine Rehrückenform (gefettet, gemehlt), ich nehme eine Frankfurter Kranzform, füllen. Die Form auf das Rost in den Backofen schieben. Bei Heißluft etwa 160° C etwa 40 Min. backen. Nach dem Backen 10 Min. auskühlen lassen, auf ein mit Backpapier belegtes Kuchenrost stürzen und erkalten lassen. Zum Besprenkeln Schokolade in Stücke schneiden, in einem kleinen Topf im Wasserbad schmelzen lassen, den Kuchen damit besprenkeln.

8.2.04 Sugar04 CK

Königkrätzer Mohn - Powidl - Makronen 7 Eiweiß

Zutaten für 30 Portionen

200 g Marzipan

50 g Puderzucker

7 Ei(er), davon das Eiklar

150 g Mohn, gemahlen

100 g Haselnüsse

Zimt und Nelkenpulver

Zitrone(n) - Schale, gerieben

Pflaumenmus (Powidl), zum Füllen

Kuvertüre, zum Tunken

ZUBEREITUNG

Das Marzipan mit dem Staubzucker verkneten, nach und nach die Eiklar untermengen, so dass eine glatte Masse entsteht. Dann den Mohn, die Haselnüsse, Zimt, Nelkenpulver und die Zitronenschale einarbeiten. Das Ganze ca. 30 Min. rasten lassen, dann in einen Spritzsack füllen, nussgroße Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech dressieren und im vorgeheizten Rohr bei 180°C 12-15 Min. backen. Je zwei Makronen mit Powidl zusammensetzen und zur Hälfte in Kuvertüre tauchen.

7.11.02 Ziki CK

Lebkuchen, Glasierte Himbeer - Lebkuchen 7 Eiweiß

Schmeckt nicht nur zur Weihnachtszeit

Zutaten für 10 Portionen

150 g Himbeeren, tiefgekühlte  
7 Eiweiß  
500 g Zucker  
350 g Mandeln, ungeschälte, gemahlene  
25 g Speisestärke  
100 g Orangeat, fein gewürfeltes  
1 TL Zimt  
1 Msp. Nelken, gemahlene  
1 Prise Muskat  
Für die Glasur:  
200 g Puderzucker  
1.5 EL Zitronensaft

#### ZUBEREITUNG

Himbeeren aus der Packung nehmen und nach Vorschrift auftauen lassen. Inzwischen Eiweiß zu steifem Schnee schlagen, nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Die Himbeeren im Mixer (Mixstab) pürieren und mit Mandeln, Speisestärke, Orangeat und Gewürzen verrühren. Eischnee darauf geben und unterheben. Die Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streiche und im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene bei kleiner Hitze trocknen. Backzeit: 50 Minuten.

E.-Herd: 160°. G.-Herd: Stufe 1 oder kleinste Flamme.

Lebkuchen stürzen, das Papier abziehen, den Kuchen vorsichtig wieder umdrehen und noch warm mit einem scharfen Messer in 3 mal 6 cm große Stücke schneiden.

Für die Glasur gesiebten Puderzucker und Zitronensaft verrühren. Den abgekühlten Lebkuchen damit bestreichen und auf einem Kuchendraht gut trocknen lassen. Ergibt 70 Stück.

Arbeitszeit: 30 Minuten

16.3.04 Sauer

CK

## 8 Eiweiß

### Mohnschlagoberstorte

### 8 Eiweiß

Zutaten für 8 Portionen

8 Ei(er), davon das Eiweiß (Eiklar)

180 g Zucker

100 g Mohn (Graumohn), gerieben (Waldviertler Graumohn)

80 g Mehl

250 ml Schlagsahne, (Schlagobers)

Likör (Preiselbeerlikör oder -marmelade)

#### ZUBEREITUNG

Eiklar mit Kristallzucker zu sehr steifem Schnee schlagen und das Mohn-Mehlgemisch vorsichtig unterheben. Die Masse in gewünschter Tortengröße auf Blech gleichmäßig dünn aufstreichen und im vorgeheizten Rohr bei 180 Grad ca. 7 min. backen. Die gebackenen Tortenblätter mit Preiselbeerlikör oder Marmelade beträufeln und mit Schlagobers bestreichen. Blätter übereinander setzen und mit Schlagobers verzieren - eventuell mit geriebenen Graumohn bestreichen.

13.9.03 Suppentopf CK

## 9 Eiweiß

Feigenkuchen

9 Eiweiß

Zutaten für 12 Portionen

9 Ei(er), davon nur das Eiweiß

250 g Puderzucker

250 g Mandeln, gemahlen

250 g Feigen, getrocknet, in Streifen geschnitten

2 EL Semmelbrösel

etwas Butter für die Form

Für die Glasur:

100 g Schokolade (Blockschokolade)

20 g Butter

### ZUBEREITUNG

Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und Puderzucker unterziehen. Mandeln, Feigen und die Hälfte der Semmelbrösel unterheben. Eine Springform (1,5 l Inhalt) mit Butter bestreichen und mit den restlichen Bröseln ausstreuen. Teig einfüllen und bei 175°C ca. 50 Minuten backen. Danach aus der Form lösen und erkalten lassen. Schokolade grob hacken und mit der Butter im Wasserbad zerlassen. Über den Kuchen geben.

16.3.01 Icefire CK

## 10 Eiweiß

Eiweißkuchen

10 Eiweiß

Zutaten für 12 Portionen

10 Ei(er), davon das Eiweiß

200 g Zucker  
1 Pck. Vanillezucker  
200 g Schokolade, geriebene  
300 g Mandeln, geriebene oder Nüsse  
2 TL Backpulver  
20 ml Rum oder Amaretto

#### ZUBEREITUNG

Eiweiß mit Zucker und Vanillinzucker steif schlagen, Rum oder Amaretto hinzufügen, geriebene Nüsse oder Mandeln mit Backpulver mischen und unterrühren, ebenso die geriebene Schokolade. Eine Springform oder Kastenform mit gefettetem Backpapier auslegen und bei 180 Grad 45 -60 Minuten backen.

Den Teig kann man auch in Muffinsförmchen füllen und nach dem Backen mit Schokoglasur oder Zuckerglasur bestreichen oder bestreut die Muffins mit Puderzucker.

Wenn man den Teig in eine Springform backt, kann man ihn nach dem Auskühlen durchschneiden und mit einer beliebigen Creme (Nusssahne, Schokosahne, Puddingcreme, Buttercreme oder was man sonst gerne mag) füllen.

Backt man ihn in einer Kastenform, serviert man ihn in Scheiben aufgeschnitten.

18.2.03 Barbie49 CK

#### Mandelkuchen , Französischer

10 Eiweiß

Gâteau aux Amandes

Zutaten für 8 Portionen  
10 Ei(er), davon das Eiweiß  
375 g Zucker, feiner  
225 g Mehl, gesiebt  
1 Pck. Backpulver  
125 g Butter, sehr weiche  
1 Pck. Aroma (geriebene Zitrone)  
75 g Mandeln, gehackt  
Prise Salz  
1 Becher Sahne, 250 g  
1 Pck. Sauce (Vanillesoße)  
Früchte

#### ZUBEREITUNG

Die 10 Eiweiß mit einer Prise Salz sehr, sehr steif schlagen. Den Zucker vorsichtig mit dem Rührlöffel unterheben, so dass die Masse fest bleibt. Dann das Mehl und das Backpulver unterheben, Zitrone, Butter vorsichtig mit der Masse mischen. In eine gut ausgebutterte Rhodonform geben und

mit gehackten Mandeln bestreuen. Ca. 45-50 Minuten bei 150-160 Grad backen.

Nadelprobe! Stürzen und auskühlen lassen. Vanillesoße herstellen und die geschlagene Sahne unterheben, den Kuchen auf eine Platte mit Rand geben und von mit der Vanillesahnesoße übergießen, mit Früchten garnieren. Besonders lecker Himbeeren. Die Franzosen essen diesen Kuchen als Dessert und dazu ein Glas Sekt oder Champagner. Aus den Eigelb kann man Eierlikör machen

15.1.03 Tabea56

CK

## Torten

### 2 Eiweiß

Aprikosentorte DIA 2 Eiweiß

Für 8 Stücke

Keksboden:

100 g Schneekoppe Butterkekse

50 g weiche Butter

Füllung:

1 unbehandelte Zitrone

500 g reife Aprikosen

6 Blatt weiße Gelatine

500 g fettarme Dickmilch

2 EL Schneekoppe

Aprikosenkonfitüre

Schneekoppe flüssige Süßkraft

2 frische Eiweiß

1 EL grüne Pistazienkerne

Zubereitungszeit 50 Minuten

Kühlzeit 4 Stunden

1. Die Kekse fein zerbröseln. Mit Butter zu Krümeln verarbeiten. Den Boden einer kleinen Springform (20 Zentimeter Durchmesser) mit Backpapier auslegen. Die Krümel mit einem Esslöffel auf den Boden drücken.

2. Zitrone heiß waschen, Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und die Hälften in Spalten

schneiden. Mit 1 bis 2 Esslöffeln Zitronensaft beträufeln. 200 Gramm Aprikosen auf dem Boden verteilen.

3. Gelatine in wenig Wasser einweichen, ausdrücken und in einem kleinen Topf bei schwacher Hitze auflösen. Dickmilch, 3 Esslöffel Zitronensaft, Zitronenschale, Aprikosenkonfitüre und flüssige Süßkraft verrühren. Etwas Dickmilchmischung mit der Gelatine verrühren, die Gelatinemasse unter die restliche Dickmilchcreme rühren. Im Kühlschrank einige Minuten kalt stellen, bis die Creme anfängt zu gelieren.

4. Das Eiweiß steif schlagen und unter die Creme heben. Creme auf den Krümelboden geben und glatt streichen. Mindestens 4 Stunden kalt stellen, bis die Creme vollständig erstarrt ist. Pistazien hacken. Die Torte mit restlichen Aprikosen und Pistazien garnieren.

Pro Stück 811/194 kJ/kcal

7 g Eiweiß

9 g Fett

22 g Kohlenhydrate

2 g Ballaststoffe

2 BE

Mit einem Trick können Sie die Kekse ganz leicht und schnell zerkleinern. Dafür die Kekse in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Nudelholz nach Belieben fein zerkrümeln.

## 4 Eiweiß

### Birnentorte mit Sahnehaube

### 4 Eiweiß

Zutaten für 4 Portionen

4 Ei(er), davon das Eiweiß

200 g Zucker

200 g Mandeln, gemahlene

2 EL Speisestärke

1 TL Backpulver

2 Dose/n Birne(n), (a 850 ml)

2 Pck. Puddingpulver, Vanille-Geschmack (für 500 ml Flüssigkeit)

2 Pck. Vanillezucker

250 g Schlagsahne

15 g Schokolade (Borkenschokolade)

### ZUBEREITUNG

Eiweiß steif schlagen. Den Zucker zum Schluss einrieseln lassen. Mandeln unter die Eiweißmasse rühren. Speisestärke und Backpulver mischen und



in zwei Portionen vorsichtig unterheben. Eine Springform am Boden mit Backpapier auslegen. Biskuitmasse in der Form glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 175°C ca. 30 Min. backen.

Birnen gut abtropfen lassen, Saft dabei auffangen. 450 ml Birnensaft abmessen. Birnen in Stücke schneiden. Biskuit auf ein Kuchengitter setzen, mit einem Messer vom Formrand lösen und in der Form auskühlen lassen. Puddingpulver, 1 Pck. Vanillin-Zucker und 8 EL des abgemessenen Birnensaftes glatt verrühren. Übrigen abgemessenen Saft in einem Topf aufkochen, angerührtes Puddingpulver einrühren und nochmals aufkochen. Birnen vorsichtig unterheben und gleichmäßig auf dem Boden verteilen. Torte ca. 1 1/2 Std. kühlen.

Sahne steif schlagen, dabei restlichen Vanillin-Zucker einrieseln lassen. Sahne locker auf die Birnen streichen. Schokolade zerbröseln und auf die Torte streuen.

6.9.03 Kleine Yvi

CK

### Birnentorte, Saftige

4 Eiweiß

Zutaten für 12 Portionen

4 Eiweiß

200 g Mandeln, gemahlene

200 g Zucker

1 TL Backpulver

2 EL Speisestärke

1 Dose/n Birne(n)

1 Becher Schlagsahne

Schokoladenraspel

### ZUBEREITUNG

Eiweiß zu steifem Schnee schlagen. Mandeln, Zucker, Backpulver und Stärke mischen und unter den Eischnee heben. Die Masse in einer Springform 20 min bei 180°C backen.

Boden abkühlen lassen. Birnen abtropfen lassen, pürieren und auf dem Boden verteilen. Schlagsahne schlagen und ebenfalls darauf geben. Anschließend mit Schokoraspelein verzieren.

Am besten schmeckt die Torte, wenn der Boden schon einen Tag vorher gebacken wird und auch die Birnen dann schon darauf kommen.

27.4.04 O+O+E+H

CK

### Kirsch-Mandel-Sahne

4 Eiweiß

Zutaten für 16 Portionen

4 Ei(er), davon das Eiweiß  
200 g Mandeln, grob gemahlene  
200 g Zucker  
1 Msp. Zimt  
1 Glas Kirschen (Sauerkirschen)  
1 Pck. Tortenguss, roter  
4 EL Kirschwasser oder Rum  
3 Becher Sahne  
3 Pck. Sahnesteif  
3 Pck. Vanillezucker  
1 Tafel Schokolade  
etwas Kakaopulver

#### ZUBEREITUNG

Für den Boden das Eiweiß steif schlagen. Den Zucker und den Zimt gut unterrühren. Die gemahlenden Mandeln unterheben. In eine mit Backpapier ausgelegte Springform den Teig geben und bei 150° ca. 30 - 40 Minuten backen.

Für den Belag einen roten Tortenguss mit Kirschsafft zubereiten, mit dem Rum vermischen und zu den Sauerkirschen geben. Die Kirschen auf den erkalteten Boden geben. Die Sahne mit dem Sahnesteif und dem Vanillezucker steif schlagen. Die Schokolade grob raspeln und unter die Sahne geben. Die Masse auf die Sauerkirschen streichen und mit Kakao bestäuben.

22.7.02 Rosi.R. CK

#### Mandeltorte / Dessert evtl 4-6 Eiweiß

8 Blatt (23 cm ) oder  
2 Tüten Blattgelatine , nach Vorschrift des Herstellers bereiten

1000 g Mager Quark  
400 g Mandeln geröstet, abkühlen + gem  
5 El Back Kakaopulver  
3- 5 El Rum 54 %  
250 ml Milch oder mehr  
250 g Vollrohr Zucker  
1-2 Tüten Bourbone Vanille Zucker  
1 Prise Salz

2 x 200 g süße Sahne mit  
2 Tüten Sahnesteif schlagen ODER

4- 6 Eiweiß mit  
1 Prise Salz sehr steif schlagen

6-8 einfache Baiser ,  
zwischen 2 Handtücher legen, + leicht mit einem Nudelholz drüber fahren,  
nicht zu klein , es sollten noch Stückchen erkennbar sein

oder

1 Mürbeteig 5 Eigelb\*

100 g Haselnüsse; gemahlen  
150 g Haselnüsse; gehackt  
150 g Getreideschrot / Buchweizen + Mais je die Hälfte

5 Eigelb

150 g Butter/ Margarine  
; Vollmeersalz  
1 Ei Honig

gut vermischen, + für ca 30 min kalt stellen. Dann in eine 26 cm mit Backpapier ausgelegte Springform, den Boden bedecken,  
wer den Boden nicht so dick haben will, nehme ca die Hälfte, der Zutaten.

Zubereitung

Mit Mürbeteigboden

Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren. Dann dies in die Gelatine einmischen,  
die Masse auf den vorbereiteten Mürbeteig, in die Springform, geben.

Bei ca 160 ° C Umluft ohne vorheizen ca 50 min , backen.  
Abkühlen, + dann eine Nacht im Kühlschrank , sich verfestigen lassen.

ODER

Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren.  
Dann dies in die Gelatine einmischen,  
vorsichtig die steifgeschlagene s. Sahne oder Steifgeschlagenes Eiweiß unterheben.  
Den zerkrümelten Baiser , in eine 26 cm mit Backpapier ausgelegte Springform , ca 1 cm hoch legen,

dann die Teigmasse auffüllen .

ab in den Kühlschrank, am besten über Nacht.

## ODER

Ohne Boden,

Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren.

Dann dies in die Gelatine einmischen,

vorsichtig die steifgeschlagene s. Sahne oder Steifgeschlagenes Eiweiß unterheben.

in eine 26 cm mit Backpapier ausgelegte Springform geben

ab in den Kühlschrank, am besten über Nacht.

## ODER

Von Quark bis Salz alles mit einander verrühren.

Dann dies in die Gelatine einmischen,

vorsichtig die steifgeschlagene s. Sahne oder Steifgeschlagenes Eiweiß unterheben.

+ in vorbereitete , ( mit kalt Wasser ausgespülte) Dessert Glasschüssel, geben

0,25 l Becher , ca 0,2 l voll, ergibt ca 10 Becher. Je nach Menge, von Eiweiß + bzw süße Sahne

Wer will , kann noch kurz vor dem servieren, steifgeschlagene s. Sahne drauf geben

08.07.2004 Hans60 , alle getestet, man kann natürlich auch einen anderen .Mürbeteig als von mir benutzten nehmen, ich fand ihn nur sehr gut , + habe statt der Margarine , Quark genommen, er wurde zwar ein wenig fest, aber... so habe ich wenigstens das Eigelb auch gleich mit verarbeitet

## 8 Eiweiß

Bosnische Torte 8 Eiweiß

0.33 l = ca. 8 Eiweiß mit  
150 g Kristallzucker aufschlagen

300 g Nüsse (ich nehme je 100 g Hasel- u. Walnüsse und Mandeln)  
120 g Schokolade, grob hacken  
70 g Orangeat, feinst gehackt  
130 g Kristallzucker - untereinander mischen  
1/1 TL Zimt

Das Nüsse- Schokoladegemisch vorsichtig unter den geschlagenen Schnee mischen.

Bei 175 bis 180° etwa 45 Min. backen. Hölzchenprobe machen - wenn nichts mehr kleben bleibt, ist der Kuchen durchgebacken. Noch ca. 5 Minuten im Backofen auskühlen lassen, damit der Kuchen nicht zusammenfällt.

Mit Staubzucker und Schokoladenplättchen oder -spänen verzieren.

Viel Spaß beim Ausprobieren und noch mehr beim Essen - liebe Grüße aus Österreich - Martha

3.8.04 Muehlebach CK /Foren

## Esterhazytorte

8 Eiweiß

Zutaten für 12 Portionen  
8 Ei(er), davon das Eiweiß  
250 g Haselnüsse, gerieben  
300 g Zucker  
Fett  
Mehl  
Marmelade (Marillenmarmelade)  
500 ml Sahne  
4 Blätter Gelatine  
Vanillezucker  
5 Rippe Schokolade (Kochschokolade)

## ZUBEREITUNG

Eiweiß und Zucker zu schaumigen Schnee schlagen und leicht unter die geriebenen Haselnüsse heben. Auf ein befettetes und bemehltes Backblech sechs Ringe mit einem Tortenreifen eindrücken, um eine Schablone zu erhalten. Die Teigmasse auf diese Ringe dünn aufstreichen und bei ca. 200 Grad hellbraun backen.

Böden mit dem Tortenreifen glatt schneiden, fünf Tortenböden mit der Creme füllen, den 6. Boden (den schönsten) mit der Unterseite nach oben

auflegen. Mit der erwärmten Marillenmarmelade dünn bestreichen und mit der Glasur überziehen.

Creme: Für die Creme die Gelatine in kaltem Wasser aufweichen, dann herausnehmen, erwärmen und unter die geschlagene, mit Vanillezucker gesüßte Sahne ziehen.

Glasur: 1-2 Eiweiß mit so viel gesiebttem Staubzucker verrühren, wie die Masse annimmt, und steif rühren, mit etwas Öl wird sie noch feiner.

Esterhazymuster: Fünf Rippen Kochschokolade mit etwas Butter über Dunst erwärmen. Die flüssige Schokolade in ein Papierstanitzel oder in einen Spritzsack mit dünner Düse füllen und Längsstreifen in ca. 2 Zentimeter Abstand über die Torte ziehen. Mit einem feinem Messer wechselseitig zueinander Querstreifen ziehen. Esterhazytorte kalt stellen und mit Sahne servieren

21.10.03 Woolly

CK

## 11 Eiweiß

Bosnische Torte

11 Eiweiß

altes Rezept

Zutaten für 8 Portionen

Ei(er), 11 Stück, das Eiklar davon

250 g Puderzucker

250 g Mandeln (Haselnüsse), gemahlen

50 g Schokolade

80 g Zitronat, falls gewünscht

1 Prise Salz

Butter und Mehl für die Form

### ZUBEREITUNG

Das Eiweiß mit dem Salz schaumig rühren. Staubzucker, geriebene Mandeln oder Haselnüsse, weiche in Würfel geschnittene Schokolade und evtl. gehacktes Zitronat unterrühren.

In einer mit Butter bestrichenen und mit Mehl bestreuten Tortenform bei schwacher Hitze ca. 1 Stunde backen.

Ist als Tortenboden zum Füllen geeignet oder auch ohne Füllung, mit Schokoladeglasur überzogen, sehr schmackhaft.

5.6.04 Traude CK

zusammen gestellt, [www.hans-joachim60.de](http://www.hans-joachim60.de) , 27.11.2004

## Pikant

### Zucchini- und Kürbisbeignets 2 Eiweiß

mit Joghurt- Dip

200 g Zucchini  
200 g Kürbis, geschält  
125 g Mehl  
125 ml Milch  
1 TL Sonnenblumenöl  
2 Eiweiß  
200 g Joghurt  
2 Tomaten  
1 Bund Koriander, fein geschnitten  
etwas Zitronensaft  
1 TL Rosenpaprika  
Zucker, Zimt  
Salz, Pfeffer

Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Kürbis und Zucchini in feine Streifen schneiden und Kürbis kurz blanchieren.

Mehl und Milch vermischen, Öl, eine Prise Salz, Zucker und Zimt untermischen. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben. Unter diese Masse

langsam die Zucchini- und Kürbisstreifen mischen. In einer beschichteten Pfanne aus der Masse kleine Küchlein ausbacken und warm stellen.

Joghurt mit Paprikapulver vermischen. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und die Tomatenwürfel untermischen. Zum Schluss den

gehackten Koriander unterheben.

Die Gemüsebeignets mit dem Joghurt- Dip anrichten.

## Fisch

### Schillerlockensoufflé

2 Eiweiß

Zutaten für 2 Portionen  
200 g Fisch (Schillerlocken), geräuchert  
200 g Fischfilet (Zander/Hecht/Kabeljau)  
2 Ei(er), davon das Eiweiß  
250 g Sahne  
Salz und Pfeffer

Butter

#### ZUBEREITUNG

Schillerlocken und Fischfilet sehr fein hacken. Alle Zutaten nochmals sehr gut kühlen, am besten im Tiefkühler. Fisch in der Küchenmaschine schnell zerkleinern und dabei Eiweiß, Gin und Sahne zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In eingefettete Förmchen geben und in 80° heißem Wasserbad ca. 20 min. gar ziehen lassen.

Sehr gut schmecken in Fischfond gegarte Linsen dazu.

Anstelle der Schillerlocken kann man jeden anderen, mageren Räucherfisch nehmen.

14.11.02 Guru CK

## Fleisch

### Lammrücken in Salzkruste

3 Eiweiß

Zutaten:

2 ausgelöste Lammrücken (a 300 g),  
Salz, Pfeffer,  
8 dünne Scheiben grüner Speck,

#### 3 Eiweiß

1 kg grobes Meersalz,  
je 2 - 3 Thymian- und Rosmarinzweige,  
1 Schalotte, 6 Möhren,  
20 g frischer Ingwer,  
30 g Butter,  
0,5 TL Fruchtzucker, etwas Mineralwasser

1. Backofen auf 200 C vorheizen. Das Lammfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Mit den Speckscheiben umwickeln und mit Küchengarn befestigen. Eiweiß mit einem Schneebesen leicht schaumig schlagen und unter das Meersalz rühren. Falls nötig, noch etwas Wasser zugeben, so dass ein formbarer Teig entsteht.

2. Den Boden einer flachen, ofenfesten Pfanne mit Alufolie auslegen und mit etwas Salzmasse bestreichen. Die Lammrücken darauf setzen und mit den Thymian- und Rosmarinzweigen belegen. Die Lammrücken gründlich mit der restlichen Salzmasse bestreichen, so dass sie ganz ummantelt sind. Im heißen Ofen etwa 15 bis 20 Minuten braten.

3. Die Schalotte schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Möhren schälen und in hauchdünne Scheiben schneiden, Ingwer schälen und sehr fein reiben.



4. Die Butter in einem Top schmelzen. Schalotten und Möhren darin andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Fruchtzucker würzen und das Mineralwasser angießen. Zugedeckt in 8 bis 10 Minuten gar kochen und mit dem Ingwer abschmecken.

5. Den Lammrücken aus dem Backofen nehmen und das Salz mit Hilfe eines Löffels aufschlagen. Das Fleisch aus der Kruste nehmen und in Scheiben schneiden. Mit dem Möhrengemüse anrichten.

Tipp: Die Salzkruste eignet sich auch hervorragend zum Garen von Fischen, wie z. B. Seewolf. Sie können die Salzkruste auch mit Mehl zu einem festeren Teig verarbeiten. Für diesen Salzteig verkneten Sie 250 g Mehl, 1 kg Meersalz, 2 Eier und so viel Wasser, bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist, den Sie ausrollen können.

465 kcal/1948 kj - 43 g EW - 28 g F - 8 g KH - 127 mg Cholesterin - 0 BE

### Rinderbeinscheibe Consomme    3 Eiweiß

- 1 1/2 kg Kalbsknochen; kleingehackt
- ; Salz
- 3 1/2 l ; Wasser
- 1 Ei ; Salz
- 1 Bund Suppengrün
  - 300 g Rinderbeinscheibe
  - 200 g Zwiebeln; ungeschält, in grobe Stücke geschnitten
- 2 cn Tomaten, geschält, groß --a 800 g EW
- 2 Lorbeerblätter
- 20 Schwarze Pfefferkörner
- 200 g Rinderhack; zum Klären der --Brühe
- 3 Eiweiß (L)
- 20 Basilikumblätter
- 2 Fleischtomaten

### PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie alle freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, 30.10.04 vom [www.chefkoch.de](http://www.chefkoch.de)

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, umstellen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

[.aschra@t-online.de](mailto:.aschra@t-online.de)

Mit freundlichen Grüßen

Hans60

Zusammen gestellt [www.hans-joachim60.de](http://www.hans-joachim60.de) 27.11.2004