

Rezept

# Glutenfreies Low Carb Wolkenbrot

Ein Rezept von Glutenfreies Low Carb Wolkenbrot, am 25.04.2024

## Zutaten

**3 EL** Frischkäse  
**1/4 TL** Backpulver

**3** Eier  
**1/2 TL** Honig (optional nach Geschmack)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ca. 5 Brote | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 69 kcal, 4 g F, 5 g EW, 2 g KH

## Zubereitung

1. Backofen auf 150°C Ober- /Unterhitze vorheizen.

---

2. Eier trennen und Eigelb und Eiweiß jeweils in eine Schüssel geben.

---

3. In die Schüssel mit dem Eigelb den Frischkäse und optional den Honig geben. Rühren, bis eine cremige Masse entstanden ist.

---

4. Nun das Backpulver in die Schüssel mit dem Eiweiß geben und mit einem Handrührgerät steif schlagen.

---

5. Vorsichtig den Eischnee unter die Eigelbmasse heben.

---

6. Mit einem Löffel 5-7 Portionen des Teigs auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Diese verlaufen zu einem breiten Fladen - also ausreichend Abstand dazwischen lassen!

---

7. Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad etwa eine Viertelstunde backen.