

Rezept

Himbeer-Kakao-Rolle mit Erythrit

Ein Rezept von Himbeer-Kakao-Rolle mit Erythrit, am 05.12.2025

Zutaten

Für den Teig

4	Eier (M)	60 g	Erythrit
2 TL	Vanillezucker	50 g	Dinkelmehl (Type 630)
50 g	Speisestärke	1 TL	Backpulver
30 g	Kakaopulver	50 g	Zucker

Für die Füllung

150 g	Himbeeren	2 TL	gemahlene Gelatine
150 g	aufschlagbare Pflanzencreme	1 Pck.	Sahnefestiger
200 g	Magerquark	80 g	Erythrit gemahlen

Ausserdem

Erythrit gemahlen, zum Bestäuben

Rezeptinfos

Portionsgröße 20 Stücke | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 80 kcal, 3 g F, 4 g EW, 14 g KH

Zubereitung

1. Den Ofen auf 220° (Umluft) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Für den Teig die Eier trennen. Eigelbe mit Erythrit, Vanillezucker und 4 EL warmem Wasser schaumig aufschlagen. Mehl, Speisestärke, Backpulver und Kakao gut vermischen, dann über die Eiermasse sieben und unterrühren. Zuletzt die Eiweiße steif schlagen, dabei 40 g Zucker einrieseln lassen. Den Eischnee unter den Teig heben. Den Biskuitteig auf das vorbereitete Blech geben, gleichmäßig bis zum Rand verstreichen und im heißen Ofen ca. 12 Min. backen.
2. Anschließend einen Bogen Backpapier mit übrigem Zucker bestreuen. Biskuit aus dem Ofen nehmen und vorsichtig daraufstürzen. Das obere Backpapier mit kaltem Wasser bepinseln und ablösen. Den Biskuit sofort aufrollen und abkühlen lassen.
3. Für die Füllung die Himbeeren kalt abbrausen und trocken tupfen. Die Gelatine mit 3 EL Wasser in einem Topf verrühren und 10 Min. stehen lassen. Unterdessen die Pflanzencreme mit dem Sahnefestiger steif schlagen. Quark und Pudererythrit hinzufügen und kurz unterrühren. Die Gelatine bei kleiner Hitze erwärmen, bis sie sich vollständig aufgelöst hat. Nun zunächst 2 EL von der Quarkcreme unter die Gelatine rühren und erst dann den Gelatine-Mix unter die restliche Creme ziehen.

- 4.** Biskuit ausrollen, mit der Quarkcreme bestreichen, mit den Himbeeren belegen und wieder aufrollen. Die Himbeer-Kakao-Rolle ca. 3 Std. in den Kühlschrank stellen. Zum Servieren in etwa 20 Stücke schneiden und mit Pudererythrit bestreuen.