

Rezept

Low Carb Zitronenschnitten

Ein Rezept von Low Carb Zitronenschnitten, am 20.04.2024

Zutaten

55 g Kokosöl	5 Eier (M)
½ TL gem. Vanille	300 g Erythrit
Salz	225 g blanchierte gem. Mandeln
32 g Flohsamenschalen	3 Bio-Zitronen

Außerdem

Auflaufform (ca. 23 x 23 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 9 Stücke | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 253 kcal, 23 g F, 9 g EW, 2 g KH

Zubereitung

1. Ofen auf 175° vorheizen. Die Form mit Backpapier auslegen, dabei sollte das Papier über den Rand hinausragen.
2. Kokosöl schmelzen. Mit 1 Ei, Vanille, 80 g Erythrit und ½ TL Salz in einer Schüssel verrühren. 200 g Mandeln und 20 g Flohsamenschalen dazugeben und alle Zutaten mit einem Küchenspatel zu einem krümeligen Teig verarbeiten.
3. Den Teig in die Auflaufform geben und am Boden andrücken. Im Ofen (Mitte) in ca. 15 Min. goldbraun backen.
4. Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen und 1 EL Schale fein abreiben. Die Zitronen halbieren, den Saft auspressen, davon 170 ml abmessen. Restlichen Erythrit, Zitronensaft und -schale, 25 g Mandeln, 12 g Flohsamenschalen und die übrigen 4 Eier in einer Schüssel glatt verrühren.
5. Form nach 15 Min. Backzeit aus dem Ofen nehmen, die Füllung behutsam über einen Löffelrücken auf dem Boden verteilen und den Kuchen weitere 15 Min. backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
6. Die Form abdecken und für mindestens 2 Std. in den Kühlschrank stellen. Zum Servieren den Kuchen mithilfe des Backpapiers aus der Form heben, auf ein Schneidebrett geben und in 9 Stücke schneiden. Zitronenschnitten kühl aufbewahren und innerhalb von 3-4 Tagen verzehren.