Rezept

Mürbeteig mit Stevia

Ein Rezept von Mürbeteig mit Stevia, am 06.06.2025

Zutaten

125 g	weiche Joghurtbutter
1	Ei
250 g	Mehl
250 g	getrocknete Erbsen
	Mehl zum Arbeiten
0,3 g	Steviosid-Extrakt
1 TL	abgeriebene Bio-Zitronenschale
	Salz
	Fett für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Springform von 26 cm ∅ (12 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Den Ofen auf 170° vorheizen, die Springform mit wenig Joghurtbutter gründlich einfetten oder alternativ mit Backpapier vollständig auslegen.

2. Butter, Steviosid-Extrakt, Ei und Zitronenschale zuerst mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig rühren, sodass sich der Steviosid-Extrakt gut verteilt.

3. Anschließend das Mehl und 1 Prise Salz zur Butter-Ei-Masse geben und alle Zutaten kurz mit den Knethaken des Handrührgeräts durcharbeiten.

4. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie einwickeln und mind. 10 Min. kühl stellen.

5. Teig auf wenig Mehl ca. ½ cm dick ausrollen, einen Boden ausschneiden und in die Form legen. Aus den Teigresten einen Rand formen und andrücken.

6. Zum »Blindbacken« die Erbsen auf den Teig geben und den Boden im Ofen (Mitte) 15 – 20 Min. vorbacken. Wie im jeweiligen Rezept beschrieben fertigstellen.