

Rezept

Pflaumenkuchen mit Streuseln auf Quark-Öl-Teig

Ein Rezept von Pflaumenkuchen mit Streuseln auf Quark-Öl-Teig, am 11.06.2026

Zutaten

Für den Teig

125 g Magerquark	5 EL fettarme Milch
2 EL Raps- oder Sonnenblumenöl	30 g Zucker
1 TL fein abgeriebene Bio-Zitronenschale	200 g Weizenmehl Type 1050
3 TL Backpulver	Fett für die Form
Mehl zum Ausrollen	

Für den Belag

750 g Pflaumen oder Zwetschgen

Für die Streusel

80 g Weizenmehl Type 1050	1 knapper TL Zimtpulver
25 g Zucker	35 g Diätmargarine
1-2 EL fettarme Milch	

Rezeptinfos

Portionsgröße 1 Spring oder Tarteform (28 cm Ø) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig den Quark, Milch und Öl mit Zucker und Zitronenschale in eine Schüssel geben und verrühren. Das Mehl mit dem Backpulver vermischen und darübersieben. Mit den Knethaken des Handrührgeräts alles rasch zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.
2. Die Form ausfetten. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig etwas größer als die Form ausrollen und diese damit auslegen, den Rand rundherum 2 cm hochziehen.
3. Die Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und den Teigboden dicht damit belegen. Den Backofen auf 200° vorheizen.
4. Für die Streusel Mehl, Zimt, Zucker, Margarine und Milch in eine Schüssel geben und alles mit den Fingern gründlich verkneten, sodass Krümel entstehen. Diese gleichmäßig auf den Pflaumen verteilen.

5. Den Kuchen im heißen Backofen (Mitte, Umluft 180°) 35-40 Min. backen. Kurz in der Form abkühlen lassen. Dann den Kuchen vorsichtig auf ein Kuchengitter heben und ganz abkühlen lassen.