Diabetiker Pflaumenkuchen

von www.VEMMiNA.com

Zutaten:

Teig (21BE):

150 ml Milch 1,5 Fett
20 g frische Hefe
1 1/2 TL Süßstoff, flüssig
1 TL Fruchtzucker
320 g Mehl
50 g Margarine
1 Ei

Belag (10BE):

750 g Pflaumen, entsteint

Backzeit: 25min
Temperatur: 200°C

Zubereitung:

Milch lauwarm erwärmen unddie Hefe darin auflösen. Fruchtzucker und Süßstoff hinzufügen, etwasMehl darüber streuen und en Vorteig an einem warmen Ort gehen lassen.

Das übrige Mehl mit dem *Müllermeister* über Ei und d Margarine sieben. Vorteig hinzufügen und verkneten bis sich der Teig vom Schüsselrand löst.

Hefeteig abgedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen

Dauerbackunterlage auf den *Thermo-Star Vario* legen und die *Maxi-Schnitte* anpassen. Den Teig mit dem *Wellholz Profi* und dem Zylinder den *Rolli-Sets* in der *Maxi-Schnitte* ausrollen.

Hefeteig ca. 20 Minuten gehen lassen.

Den Teig mit Pflaumen belegen und im vorgeheizten Backofen bei ca. 200°C ca. 25 Minuten backen.

Den Kuchen auf den *Profi Schnittenhelfer* umsetzen und mit den *Tandem-Rädchen* in 24 Stücke schneiden.

Kuchen ergibt 24 Stücke

Nährstoffgehalt pro Stück:

1,2BE
418 kJ / 97 kcal
15,5 g KH - 2,6 g E - 2,3 g