

TASSENKUCHEN MIT ERDBEEREN UND MARACUJA-CREME



TASSENKUCHEN MIT ERDBEEREN UND MARACUJA-CREME

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Zutaten für 6 Stück: | 60 Min. | + Abkühlzeit

Zutaten

Für den Teig:

- Fett für die Tassen
- 80 g SweetFamily Brauner Zucker
- 2 Eier (M)
- 60 ml Maracuja-Nektar
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 90 ml Rapsöl
- 80 g Magerquark
- 125 g Weizenmehl
- 1 EL weiche Butter
- 15 g Speisestärke
- 2 TL Backpulver

Für das Topping:

- Saft von 1 Zitrone
- 100 ml Vollmilchjoghurt
- 500 g Erdbeeren
- 170 g Magerquark
- 100 ml Maracuja-Nektar
- 80 g SweetFamily Brauner Zucker
- Zitronenmelisse zum Garnieren



ZUBEREITUNG

465

Kcal

Pro Stück

11

Gramm

Eiweiß

55

Gramm

Kohlenhydrate

20

Gramm

Fett

1. [Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze \(Umluft 160 °C\) vorheizen](#). Sechs ofenfeste Tassen oder Portions-Backförmchen fetten, mit 20 g braunem Zucker ausstreuen und auf ein Backblech stellen.

2. Für den Teig Eier mit Maracuja-Nektar ca. 2 Minuten schaumig schlagen. Restlichen braunen Zucker und Vanillezucker zugeben und weitere 3 Minuten schlagen. Rapsöl mit Magerquark verrühren und unterrühren. Mehl mit Stärke und Backpulver mischen und kurz unterziehen. Teig auf die vorbereiteten Tassen verteilen.

3. Tassenkuchen im heißen Ofen ca. 30 Minuten goldbraun backen ([Stäbchenprobe](#)). Herausnehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

4. Für das Topping Zitronensaft mit Maracuja-Nektar verrühren. Tassenkuchen mehrmals einstechen und damit tränken, dabei 2-3 EL zurückbehalten. Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Quark mit Joghurt, zurückbehaltenem Saftgemisch und braunem Zucker glatt rühren. Mit [Erdbeeren](#) auf den Tassenkuchen verteilen und mit Zitronenmelisse garnieren.

Obst: Erdbeer, Maracuja