



Ketogener Zwetschgen Streuselkuchen

Rezept von Bumblebee im Ketoland

Gang: **Backen, Kuchen und Torten** Schwierigkeit: **einfach**

| Portionen | Zubereitungszeit | Backzeit |
|-----------|------------------|------------|
| 12 Stücke | 30 Minuten | 40 Minuten |

Willkommen im Zwetschgenstreuselkuchen-Himmel! Dieses Backwerk ist ein absolutes Highlight bei jeder Kaffeetafel. Ohne Mehl und Zucker – aber soooooo was von köstlich!

Rezept ergibt einen Kuchen von Ø24cm mit 12 Stücken zu je 5,9g KH (228,2kcal).

Zutaten

Für den Teig:

- 2 Eier (Größe L)
- 55g weiche Butter
- 8g Weinsteinbackpulver
- 90g **Mandelmehl NICHT ENTÖLT!**

- 20g Proteinpulver neutral (ich verwende sportness von DM)
- 45g **Bambusfasern**
- 10g **Eiklarpulver**
- 2 MS **Johannisbrotkernmehl**
- 90g **Stevia-Erythrit** (Süßkraft 1:1 wie Zucker)
- 1/4 TL **gemahlene Vanille**
- abgeriebene Schale 1/2 Zitrone
- 40ml Schlagsahne

Für den Zwetschgenbelag:

- 500g Zwetschgen (entsteint gewogen), gewaschen
- 40g **Stevia-Erythrit** (Süßkraft 1:1 wie Zucker)
- 1 Zimtrinde
- 1 EL Slivovitz (Zwetschgenschnaps) (optional)

Für die Streusel:

- 90g **Mandelmehl NICHT ENTÖLT!**
- 55g weiche Butter
- 1 Prise **Johannisbrotkernmehl**
- 1/2 TL Zimt gemahlen
- 1 Schuss Schlagsahne (ca. 10 ml)
- 50g Stevia-Erythrit

Zubereitung

Zwetschgenbelag:

Zwetschgen vierteln.

40g Stevia-Erythrit in einem Topf auf höchster Stufe schmelzen. Sobald die Süße flüssig geworden ist, die Zwetschgenstücke und Zimtrinde hinzufügen – Hitze NICHT reduzieren!

Das Ganze 3 bis 5 Minuten bei hoher Hitze kochen lassen. Optional mit 1 EL Slivovitz (Zwetschgenbrand) ablöschen (kein Muss, bringt aber ein sensationelles Aroma hinein!).



Topf vom Herd ziehen und die Zwetschgenmasse abkühlen lassen. (Die Zimtrinde wird erst nach dem Erkalten entfernt.)

Teig:

Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Boden einer Springform Ø24cm mit Backpapier belegen.

Stevia-Erythrit mit Vanille und Zitronenschale fein mixen.

Butter mit der Pudersüße schaumig rühren, die Eier nacheinander untermixen.

Zuletzt die trockenen Zutaten gemeinsam mit der Schlagsahne hinzufügen und den Teig auf höchster Stufe eine halbe Minute kräftig verrühren.

Den Teig in die vorbereitete Springform geben und mit leicht angefeuchteten Händen gleichmäßig darin verteilen.



Nun die Zwetschgen inklusive dem entstandenden Fruchtsirup (das macht den Kuchen noch feuchter und aromatischer!) auf dem Teig verteilen.



Jetzt bereiten wir die Streusel zu:

Streusel:

Stevia-Erythrit zu feinem Pulver mahlen.

Die Süße mit der weichen Butter, dem Zimt, Mandel- und Johannisbrotkernmehl auf höchster Stufe zu Streuseln mixen.

Solle die Masse zu trocken sein, einen Schuss Schlagsahne hinzufügen (aber nicht zuviel!).

Die entstandenen Streusel auf dem Fruchtbelag verteilen.



Den Kuchen im vorgeheizten Backofen 40 bis 45 Minuten backen.

Herausnehmen, abkühlen lassen und erst nach dem vollständigen Abkühlen aus der Form nehmen.

Mit Puder- oder Kristallsüße be"zuckern" und mit einem Klecks Schlagsahne anrichten.



Anmerkungen

Dieser fantastische ketogene Zwetschgenstreuselkuchen schmeckt am besten ganz frisch. Bitte den Kuchen kühl lagern und innerhalb von längstens 3 Tagen verzehren!