



Saftiger Orangen-Mandel Kuchen

Rezept von Bumblebee im Ketoland

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

Portionen	Zubereitungszeit (reine Arbeitszeit)	Backzeit
12 Stück	15 Minuten	40 Minuten

Ein simples und zugleich originelles Rezept, das Liebhaber fruchtiger Orangen-Aromen zu Jubelstürmen hinreissen wird! Denn dieser Kuchen ist herrlich weich und saftig und kein Mensch würde je bemerken, dass dieses Geschmackshighlight mehl- und zuckerfrei ist 😊
Rezept ist für eine Ø24cm Springform und ergibt circa 12 Stücke zu je 3,7g KH (157kcal).

Zutaten

- 180g [Stevia-Erythrit \(Süßkraft 1:1 wie Zucker\)](#)
- 4 Eier (Größe L), getrennt
- etwas [gemahlene Vanille](#)
- 1 TL Weinsteinbackpulver

- Prise Salz
 - 1 Bio Orange (ca. 220g) – unbedingt UNBEHANDELTE Ware verwenden!
 - 5 Tropfen Vanillearoma ungesüßt (optional)
 - 200g Mandelmehl nicht entölt!
 - 10g Eiklarpulver
 - 40g Proteinpulver neutral (ich verwende VIPTAMIN Bio Protein – siehe Hinweis)
-

Zubereitung

Die Bio-Orange unter lauwarmem Wasser gut waschen. Die ganze Orange nun in einen Topf mit Wasser geben, aufkochen und bei mittlerer Hitze zugedeckt circa 60 Minuten köcheln lassen.

Nach Ende der Kochzeit die Orange mit einem Siebschöpfer aus dem Wasser nehmen und auf einem Teller abkühlen lassen.

Die abgekühlte, gekochte Orange halbieren und nur die Kerne vorsichtig entfernen. Nun die gesamte Frucht mit einem Pürierstab oder Blender fein pürieren. Das Orangepüree bis zur weiteren Verarbeitung beiseite stellen.

Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Springform Ø24 cm. mit Backpapier auslegen.

Stevia-Erythrit zu feinem Pulver mahlen.

Eiweiße mit einer Prise Salz, dem Eiklarpulver und der Hälfte des gemahlene Stevia-Erythrits auf höchster Stufe mehrere Minuten lang zu einem steifen Schnee schlagen.

Eischnee beiseite stellen.



Die Eigelbe nun mit der restlichen Süße und der Vanille hellcremig aufschlagen. Zuerst das Orangepüree, dann das mit Backpulver und Proteinpulver vermischte Mandelmehl hinzufügen und alles einmal kurz auf höchster Stufe mixen, um alle Zutaten zu einer homogenen Masse zu vermengen. Der Teig dickt leicht an.





Zuletzt den Eischnee behutsam unter die Masse einarbeiten.



Den Teig nun in die Springform füllen, gleichmäßig verstreichen und im Backrohr 40 Minuten backen.



Nach Ende der Backzeit den Kuchen aus dem Ofen nehmen und in der Springform vollständig abkühlen lassen.

Vor dem Servieren mit reichlich gemahlenem Stevia-Erythrit bestreuen und ggf. mit einem Klecks Zimtsahne anrichten.



WPZOOM