



Saftiger Marmorkuchen - ketogen -

Zutaten für ca. 630g fertigen Kuchen:

4 Eier (M)
200g Naturjoghurt 10% Fett
50g weiche Butter
80g (Puder-) Erythrit/evtl. etwas mehr
30g Kakaofasern (alternativ Backkakao)
100g Mandelmehl, hell
100g gemahlene, blanchierte Mandeln
1 Päckchen Backpulver
 $\frac{1}{2}$ Teelöffel Guarkernmehl
Vanillearoma nach Geschmack

Nährwerte pro 100g:

3,7gKH/23,4gF/
19,5gEW/314Kcal

Nährwerte pro Stück ca. 40g:

1,5gKH/9,3gF/
7,8gEW/126Kcal

Zubereitung:

01. Die Eier trennen und das Eiweiß zu Eischnee aufschlagen.
02. Eigelbe, Joghurt, weiche Butter, (Puder-) Erythrit und Vanillearoma mit einem Handmixer oder in der Küchenmaschine kurz durchrühren.
03. Alle restlichen Zutaten - **außer Kakaofasern** - hinzugeben und gründlich verrühren, anschließend den Eischnee vorsichtig unter den Teig heben und zu einem gleichmäßigen Teig verarbeiten.
04. Den Backofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.
05. Eine Kuchenform (z.B. Gugelhupf- oder Kasten Kuchenform) mit Kokosöl ausstreichen und mit etwas Mandelmehl bestäuben.
06. Die Hälfte des Teiges in die Form füllen.
07. Die zweite Hälfte des Teiges mit den Kakaofasern vermischen und ebenfalls in die Form geben.
08. Mit einer Gabel spiralförmig durch den Teig gehen („marmorisieren“).
09. Den Kuchen ca. 45 Minuten backen (Stäbchen-Prob!!!).
10. Den fertigen Kuchen auf einem Kuchengitter komplett auskühlen lassen, aus der Form lösen und mit Puder-Erythrit bestäuben.