

LOW CARB-APFELKUCHEN MIT SCHMAND

20 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



90 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 1 Portion

Für den Boden

- 250 g Mandelmehl
- 130 g Butter (weich)
- 70 g Xylit
- 1 Ei
- 1 Prise Salz



Für den Belag

- 5 Stück Äpfel
- 4 Eier
- 200 g Schmand
- 250 g Frischkäse
- 80 g Mandelmehl
- 4 EL Xylit ([Produktempfehlung*](#))
- Vanille (gemahlen)
- ½ TL Zimt
- 1 TL Backpulver

1. Gib das Mandelmehl mit der Butter, dem Xylit, dem Ei und einer Prise Salz in eine Schüssel und knete einen geschmeidigen Teig.
2. Belege den Boden einer 26 cm Springform mit Backpapier und fette den Rand ein. Rolle den Teig in der Form aus und ziehe auch einen Rand.
3. Schäle die Äpfel und schneide sie in kleine Stücke. Trenne die Eier und schlage das Eiweiß steif.
4. Verrühre das Eigelb mit dem Schmand und dem Frischkäse.
5. Mixe das Xylit, die gemahlene Vanille, den Zimt, das Mandelmehl und Backpulver unter. Hebe zum Schluss die Apfelwürfel und den Eischnee unter. Verteile die Schmandcreme auf dem Kuchenboden. Backe deinen Low Carb Apfelkuchen bei 175°C für 50 Minuten. Reduziere dann die Hitze auf 150°C und backe ihn für weitere 20 Minuten. Wird er zwischenzeitlich zu dunkel, so decke ihn mit Alufolie ab.
6. Lasse ihn nach dem Backen zunächst im Ofen und später im Kühlschrank auskühlen. Die perfekte Konsistenz hat er, wenn er komplett durchgekühlt ist. Dann lässt er sich auch am besten schneiden.



Ein Rezept von Familienkost.de



Besuch uns gern wieder auf **familienkost.de** und stöber in unserem **Shop**.