

Heller Tortenboden

Ohne Nüsse – für feine Torten.

gelingt leicht

 15 Min. +

30 Min. backen

3 große Eier · 100 g Xylit-Zucker · 4 EL Sojamehl · 1 TL Johannisbrotkernmehl · ½ Pck. Backpulver

► für 1 Tortenbodenform oder Springform

- Zwei Eier trennen, das Eiweiß steif schlagen und beiseite stellen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.
- Die Eigelbe, das ganze Ei und den Xylit-Zucker mit dem Mixer etwa 3 Minuten auf höchster Stufe verrühren, bis die Masse hell und cremig ist.
- Danach Sojamehl, Johannisbrotkernmehl und Backpulver durch ein Sieb in die Teigmasse geben und mit dem Mixer unterrühren.
- Den Eischnee mit einem Spatel darunterheben. Eine Form fetten und den Teig hineingeben.
- Im vorgeheizten Backofen 30–35 Minuten backen. Stäbchenprobe.

TIPP

Ich kombiniere diesen Tortenboden gerne mit meiner Buttercreme (Seite 51) oder zaubere Obsttorten daraus. Für eine Obsttorte eignet sich am besten eine 24- oder 26er Springform, für eine Doppelstocktorte eine 18er Springform.



Dunkler Tortenboden

Für raffinierten Tortenspaß!

gelingt leicht



15 Min. +

30 Min. backen

4 große Eier · 1 Vanille-
stange · 60 g Xylit-
Zucker · 125 g gem. Man-
deln oder Haselnüsse ·
1 ½ TL Kakaopulver

► für 1 Tortenbodenform, 1 Springform
oder 1 kleines Blech (32 × 20 cm)

- Eier trennen und das Eiweiß sehr steif schlagen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.
- Das Mark aus der Vanilleschote schaben. Eigelb, Vanillemark und Xylit-Zucker 3–4 Minuten schaumig schlagen.
- Haselnüsse oder Mandeln und Kakaopulver unter die Eigelbmasse rühren.
- Den steif geschlagenen Eischnee unterheben.
- Tortenbodenform, Springform oder kleines Blech gut einfetten. Teig einfüllen.
- Im vorgeheizten Ofen etwa 30 Minuten backen. Stäbchenprobe.

TIPP

Die Tortenböden lassen sich gut einfrieren. Nach dem Auftauen noch einmal 5 Minuten im Ofen bei 150 Grad aufbacken – dann schmecken sie wie frisch gebacken.

Mandeltorteboden

Für fruchtig-leckere Obsttorten

► für 1 Tortenbodenform, 1 Springform oder 1 kleines Blech (32 × 20 cm)

gelingt leicht

 15 Min. + 30 Min. backen

4 große Eier · 1 Vanillestange ·
60 g Xylit-Zucker · 125 g gemahlene
Mandeln

- Eier trennen und Eiweiß steif schlagen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.
- Das Mark aus der Vanilleschote schaben. Eigelb, Vanillemark und Xylit-Zucker 3–4 Minuten schaumig schlagen.
- Mandeln unter die Eigelbmasse rühren. Den steif geschlagenen Eischnee unterheben.
- Tortenbodenform, Springform oder kleines Blech gut einfetten. Teig einfüllen.
- Im vorgeheizten Ofen etwa 30 Minuten backen. Stäbchenprobe.

Nusstorteboden

Der Klassiker

► für 1 Tortenbodenform, 1 Springform oder 1 kleines Blech (32 × 20 cm)

gelingt leicht

 15 Min. + 30 Min. backen

4 große Eier · ½ Vanillestange ·
60 g Xylit-Zucker · 125 g gem. Haselnüsse

- Eier trennen und Eiweiß steif schlagen. Das Mark aus der Vanilleschote schaben.
- Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Eigelb, Vanillemark und Xylit-Zucker 3–4 Minuten schaumig schlagen.
- Gemahlene Haselnüsse unter die Eigelbmasse rühren. Den Eischnee unterheben.
- Tortenbodenform, Springform oder kleines Blech gut einfetten. Teig einfüllen.
- Im vorgeheizten Ofen etwa 30 Minuten backen. Stäbchenprobe.



Buttercreme

Lässt keine Wünsche offen.

anspruchsvoll

 35 Min.

Für die Basiscreme:

120 g Xylit-Zucker ·
1 kleine Tasse Sahne
oder Milch · 1 TL Vanille-
puddingpulver · 250 g
weiche Butter · 2 Eigelbe

**Je nach Geschmacks-
richtung:**

150 g TK-Himbeeren
oder · 1 Vanillestange
oder · 1–2 EL Kakao bzw.
75 g Bitter-Schokolade
oder · 100 g gem. Nüsse

► für 1 kleine Torte

- Den Xylit-Zucker in die Sahne oder Milch geben und darin bei kleiner Hitze auflösen.
- Wenn der Xylit-Zucker aufgelöst ist, kurz aufkochen und das Puddingpulver dazugeben. Gut einrühren und sofort von der Kochstelle nehmen. Erkalten lassen, dabei immer wieder rühren (Die Masse ist sehr dickflüssig).
- Die Butter und die Eigelbe cremig rühren, dann die Sahne-Zucker-Pudding-Masse untermischen.
- Wenn die Buttercreme zu weich sein sollte, kurz in den Kühlschrank stellen, bis sie streichfähig ist. Anschließend kräftig mit dem Mixer umrühren.
- Das ist die Basis der Buttercreme. Jetzt die gewünschte Geschmacksrichtung unterrühren. Dafür entweder TK-Himbeeren antauen und pürieren oder Mark aus einer Vanillestange schaben oder Bitterschokolade schmelzen. Eine dieser Zutaten oder Kakao, gemahlene Nüsse oder was Ihnen sonst noch so einfällt – je nach Geschmack und Anlass – hinzufügen.

Für Diabetiker: Buttercreme erhöht den Blutzucker leicht.

TIPP

Bereiten Sie einen der Tortenböden aus diesem Buch in einer kleinen Springform zu und teilen ihn nach dem Backen horizontal. Anschließend mit der Buttercreme füllen und bestreichen – fertig ist eine leckere Buttercremetorte wie auf Seite 50!

Schokotortenboden ohne Nüsse

Eine Köstlichkeit!!

braucht etwas mehr Zeit



20 Min. +

30 Min. backen

25 g Bitterschokolade

85 % · 1 EL Sahne

3 große Eier ·

110 g Xylit-Zucker ·

1 EL weiche Butter ·

3 EL Sojamehl ·

½ TL Johannisbrot-

kernmehl · 1 TL Natron

► für 1 Tortenbodenform, 1 Springform
oder 1 kleines Blech (32 × 20 cm)

- Schokolade mit etwas Sahne im Wasserbad auflösen.
- Zwei Eier trennen, das Eiweiß steif schlagen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.
- Die zwei Eigelbe und das ganze Ei mit dem Xylit-Zucker und der weichen Butter lange auf höchster Stufe mit dem Mixer verquirlen, bis die Masse hell und cremig ist.
- Dann Sojamehl und Johannisbrotkernmehl in die Masse sieben und unterrühren.
- Die geschmolzene Schokolade in die Teigmasse rühren und zum Schluss den Eischnee und das Natron unterheben.
- Eine Form fetten und den Teig hineinfüllen.
- Im vorgeheizten Backofen etwa 30 Minuten backen. Stäbchenprobe.

TIPP

Die Teigmasse reicht für eine 24–26er Springform oder – bei einer Doppelstocktorte – für eine 18er Mini-Springform. Dieser Tortenboden eignet sich beispielsweise gut für Tiramisu (Seite 87).

Käse-Sahne-Torte

Da bleibt nichts übrig.

► Für 1 Torte – ergibt 8–12 Stücke

- Zuerst einen Tortenboden ohne Nüsse (Seite 46) backen, am besten in einer Springform. Den Tortenboden in der Form auskühlen lassen.
- Für die Käse-Sahne-Füllung die Eier trennen, das Eiweiß steif schlagen. Die Sahne ebenfalls steif schlagen.
- Gelatine in einer Tasse mit heißem Wasser auflösen.
- Die Zitrone auspressen, das Mark aus der Vanillestange schaben.
- Eigelbe und Xylit-Zucker gut verrühren. Quark, Vanillemark und Zitronensaft dazugeben und unterrühren. Als letztes die aufgelöste Gelatine unterrühren.
- Wenn die Masse langsam fest wird, die geschlagene Sahne und den Eischnee unterziehen.
- Die Quarkmasse zügig auf den vorgebackenen Tortenboden, der noch in der Form ist, verteilen. Die Käse-Sahne-Torte etwa 1 Stunde in den Kühlschrank stellen, bis die Füllung fest genug ist.

Variante: Für eine etwas leichtere Variante Magerquark anstelle von Sahnequark nehmen.

anspruchsvoll

 45 Min. +

**30 Min. backen +
1 Std. Kühlzeit**

1 Tortenboden ohne
Nüsse (Seite 46) ·
2 Eier · 250 ml Sahne ·
2 Beutel Gelatine ·
1 Zitrone · 1 Vanille-
stange · 100 g Xylit-
Zucker · 500 g Sahne-
quark

Zitronen-Mascarpone-Torte

Eine kühle Gaumenfreude an heißen Sommertagen

braucht etwas mehr Zeit ▶ für 1 Torte – ergibt 8 Stücke

 30 Min.

1 Tortenboden ohne Nüsse (Seite 46) · ½ unbehandelte Zitrone · 2 EL Xylit-Zucker · 1 Vanillestange · 250 g Mascarpone · 250 g Sahne- oder Magerquark · geröstete Mandelblättchen oder geraspelte Zitronenschale zum Verzieren

- Zuerst den Teig für einen Tortenboden ohne Nüsse (Seite 46) zubereiten. Die Zitronenschale abreiben und den Teig damit verfeinern. Den Zitronensaft auspressen und zur Seite stellen.
- Den Tortenboden in einer kleinen Springform oder auf einem kleinen Blech backen.
- Für die Mascarponecreme den Xylit-Zucker in 2 Esslöffeln Zitronensaft auflösen. Das Mark aus der Vanillestange schaben.
- Mascarpone, Quark und Vanillemark mit der Zitronensaft-Zucker-Mischung cremig rühren.
- Den erkalteten Tortenboden aus der Springform lösen und ein- oder zweimal waagrecht durchschneiden. Einen auf dem Blech gebackenen Boden halbieren.
- Die Schichten mit der Mascarponecreme bestreichen und zusammensetzen – dabei ist ein Tortenring hilfreich. Mit der restlichen Creme verzieren.
- Zum Schluss die Torte mit gerösteten Mandelblättchen oder geraspelter Zitronenschale dekorieren. Im Kühlschrank fest werden lassen.

