



Backen macht Freude - auch mit wenig Fett und Eiern!

Fettsparende Gebäcke

1. bis 4. Seite

Zutaten:

4 Eier, 200 g Zucker
1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker
4 Eßl. Wasser, 100 g Weizenmehl

Marmor-Biskuit

150 g Dr. Oetker's „Gustin“
½ Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
für den dunklen Teig: 25 g Kakao

Zubereitung: Eigelb, Zucker, Vanillinzucker und Wasser werden mit dem Schneebesen zu einer schaumigen Masse geschlagen. Dann unterhebt man gleichzeitig das mit dem „Gustin“ und „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl und den steif geschlagenen Eierschnee. Knapp die Hälfte der fertigen Masse mischt man vorsichtig mit dem Kakao und füllt dann beide Teige abwechselnd in eine gut gefettete, ausgestreute Kranzform. Man backt den Biskuit etwa 45 Minuten bei Mittelhitze. Den erkalteten Kuchen kann man nach Belieben mit einem Zuckerguß (siehe Nuß-Lebkuchen) überziehen oder mit Puderzucker überstäuben.

Zutaten:

3 Eier, 125 g Zucker, 2 Eßl. Wasser
einige Tropfen Dr. Oetker's Backöl Zitrone
250 g Weizenmehl

Gestirnkuchen

½ Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
125 g Rosinen
65 g Zitronat, 65 g Schokolade

Zubereitung: Eigelb, Zucker und Wasser schlägt man mit dem Schneebesen zu einer schaumigen, cremartigen Masse, fügt dann das Backöl hinzu und unterhebt danach gleichzeitig das zu steifem Schnee geschlagene Eiweiß und das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl. Zum Schluß untermengt man die gereinigten Rosinen und das feingeschnittene Zitronat. Nun füllt man die Hälfte des Teiges in eine Springform, deren Boden gefettet und mit einem Papierfutter ausgelegt ist, streut über die eingefüllte Masse die geriebene Schokolade, gibt den Rest des Teiges darüber und backt das Ganze etwa 45 Min. bei Mittelhitze. Das erkaltete Gebäck kann man mit Schokoladenguß (s. Mohrenköpfe) überziehen.

Die Abbildungen zeigen

rechts oben: Marmor-Biskuit;
darunter: Mohrenköpfe, Nußtörtchen
und -schnitten und Zimtröllchen;
rechts unten: Gelbrüben- oder
Möhrentorte



Nußkuchen

Zutaten:

125 g Wal- oder Haselnußkerne
200 g Zwieback, 100 g Grieß
½ Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“

200 g Zucker
¼ Liter Milch, 2 Eier
2-3 Tropfen Dr. Oetker's Backöl Bittermandel

Zubereitung: Die geriebenen Nüsse, der geriebene Zwieback, Grieß, „Bacfin“ und Zucker werden gut miteinander vermengt. Dann fügt man die mit der Milch verquirlten Eier und das Backöl hinzu und verrührt alles gut. Den fertigen Teig füllt man in eine gefettete Kasten- oder Springform und backt ihn bei guter Mittelhitze etwa 1 Stunde.

Nach Belieben überstäubt man den erkalteten Kuchen mit etwas Puderzucker, oder man überzieht ihn mit einem Zucker- oder Schokoladenguß (siehe Mohrenköpfe).

Mohrenköpfe

Zutaten zum Teig:

3 Eier, 150 g Zucker
1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker
3-4 Eßl. Wasser
100 g Weizenmehl
½ Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
100 g Dr. Oetker's „Gustin“

Zutaten zur Füllung:

1 Päckchen Dr. Oetker's Puddingpulver Vanille-Geschmack
¾ Liter Milch, 50 g Zucker, 1 Ei
1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker

Zutaten zum Guß:

225 g Puderzucker, 25 g Kakao
3-4 Eßl. heißes Wasser
1 Eßl. zerlassenes Kokosfett

Zubereitung des Teiges: Eigelb, Zucker, Vanillinzucker und Wasser werden mit dem Schneebesen schaumig geschlagen, dann unterzieht man gleichzeitig das mit dem „Bacfin“ und „Gustin“ gemischte und gesiebte Mehl und den steif geschlagenen Eierschnee. Man füllt ausgefettete, ausgestreute Halbfugelförmchen zu $\frac{2}{3}$ mit Teig und backt ihn in 20-30 Minuten bei Mittelhitze ab.

Entweder schneidet man die aus den Förmchen gestürzten, erkalteten Gebäckteilchen quer durch, höhlt beide Hälften etwas aus, füllt sie mit der Creme und setzt sie zusammen, oder aber man schneidet von den erkalteten Gebäckteilchen eine Kuppe ab, höhlt etwas aus, füllt sie mit der Creme und setzt je 2 dieser Teilchen zusammen. Die Verarbeitung richtet sich danach, wie groß die zur Verfügung stehenden Förmchen sind. Das gefüllte Gebäck wird mit Schokoladenguß überzogen, am besten mit einem Pinsel.

Zubereitung der Creme: Mit 6 Eßl. von der Milch verquirlt man Puddingpulver und Eigelb; dann bringt man die übrige Milch mit Zucker und Vanillinzucker zum Kochen, nimmt sie vom Feuer, gibt die Anrührmasse unter Rühren hinzu, läßt das Ganze gut durchkochen, unterzieht vorsichtig den steifen Eierschnee, läßt die Creme noch einmal soeben aufkochen und schlägt sie, bis sie erkaltet ist und verbraucht wird, öfter mit dem Schneebesen durch.

Zubereitung des Gusses: Der gesiebte Puderzucker wird mit Kakao, heißem Wasser und Kokosfett glatt verrührt.

Nußtörtchen oder =schnitten

Zutaten zum Teig:

4 Eier, 4 Eßl. Wasser
100 g Zucker
1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker
75 g Nußkerne, 75 g Weizenmehl
75 g Dr. Oetker's „Gustin“
1 gestrichener Teel. = 3 g Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“

Zutaten zum Guß:

150 g Puderzucker
2 Eßl. heißes Wasser
nach Belieben einige Tropfen Dr. Oetker's Arrak-Aroma

Zum Verzieren:

Einige Haselnußkerne oder halbierte Walnüsse, gehackte oder gehobelte Mandeln

Zutaten zur Füllung:

Etwa 250 g Marmelade, evtl. etwas heißes Wasser zum Verdünnen

Zubereitung des Teiges: Eigelb, Wasser, Zucker und Vanillinzucker werden mit dem Schneebesen zu einer schaumigen Masse geschlagen. Dann unterhebt man gleichzeitig die geriebenen Nußkerne, das mit dem „Gustin“ und „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl und den steif geschlagenen Eierschnee. Man füllt die Masse in eine gut gefettete Springform und backt sie bei Mittelhitze etwa 30-40 Minuten. Wenn die Torte erkaltet ist, schneidet man sie einmal durch und bestreicht eine der

Schnittflächen mit Marmelade. Dann werden aus beiden Teilen runde Plätzchen oder Streifen ausgestochen, die man so aufeinandersetzt, daß jeweils in der Mitte eine Marmeladenschicht ist. Nun bestreicht man das Gebäck auch seitlich und obenauf mit Marmelade, überzieht es mit einem Zuckerguß und verzieren obenauf mit Nüssen, halbierten Walnüssen, gehackten oder gehobelten Mandeln. Nach Belieben können die Seiten ebenfalls mit gehackten oder gehobelten Mandeln, die man etwas geröstet hat, bestreut werden.

Zubereitung des Gusses: Der gesiebte Puderzucker wird mit dem Wasser und Aroma zu einem glatten Brei verrührt.

Gelbrüben- oder Möhrentorte

Zutaten:

4 Eier, 200 g Zucker	200 g rohe Gelbrüben oder Möhren
1-2 Eßl. Zitronensaft	50 g Dr. Oetker's „Gustin“
etwas geriebene Zitronenschale	½ Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
200 g Mandeln	1 Fläschchen Dr. Oetker's Rum-Aroma

Zubereitung: Eigelb und Zucker werden mittels einer Schneerute zu einer schaumigen Masse geschlagen. Dann fügt man abgeriebene Zitronenschale und Zitronensaft hinzu und unterhebt danach gleichzeitig die geriebenen Mandeln, die geriebenen Möhren, das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte „Gustin“, das Rum-Aroma und den steif geschlagenen Eierschnee. Die vorsichtig vermengte Masse wird in eine gut gefettete Springform gefüllt und bei Mittelhitze etwa 35-45 Minuten gebacken. - Nach Belieben kann man die Torte kurz vor dem Anbieten mit fein gesiebtm Puderzucker überstäuben.

Eier- oder Tee-Plätzchen

Zutaten:

4 Eier	1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker
250 g Zucker	250 g Weizenmehl, 50 g Grieß

Zubereitung: Die ganzen Eier werden mit Zucker und Vanillinzucker mit Hilfe eines Schneebesens zu einer schaumigen Masse geschlagen. Dann untermengt man vorsichtig das mit dem Grieß gemischte Mehl und setzt von der Masse mit 2 Teelöffeln kleine Häufchen auf ein gefettetes, mit Mehl bestäubtes Blech. Die Plätzchen werden in 10-15 Minuten bei guter Mittelhitze goldgelb gebacken. Man muß sie gleich nach dem Abbacken vom Blech abnehmen, da sie sich nachher schlecht ablösen lassen.

Zimtröllchen

Zutaten:

3 Eier, 100 g Zucker	1 Eßl. Wasser, 125 g Weizenmehl
1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker	1 gestrichener Teel. = 3 g Dr. Oetker's
½ Teel. = 2 g feiner Zimt	Backpulver „Bacfin“

Zubereitung: Die ganzen Eier werden mit dem Zucker, den Gewürzen und dem Wasser mit Hilfe eines Schneebesens schaumig geschlagen. Dann fügt man das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl hinzu. Auf ein gefettetes Blech setzt man kleine Häufchen von der Masse, oder man streicht mit einem Teelöffel Rechtecke (etwa 6 x 8 cm) aufs Blech. Man backt sie in 10-15 Minuten hellbraun, hebt sie schnell nacheinander mit einem scharfen Messer ab und rollt sofort die noch heißen Blättchen auf.

Man kann die Röllchen zu süßen Suppen und Kaltschalen reichen oder auch mit Creme oder Schlagsahne füllen.

Dieser Teig läßt sich ebenfalls sehr gut im Waffeleisen für Eiserkuchen abbacken.

Schokoladenmakronen

Zutaten:

3 Eiweiß, 125 g Zucker	50 g geriebene Schokolade
½ Päckchen Dr. Oetker's Gala-Puddingpulver	125 g geriebene Haselnußkerne

Zubereitung: Man schlägt das Eiweiß zu steifem Schnee, unterhebt vorsichtig den Zucker und danach gleichzeitig alle anderen Zutaten. Von der gut vermengten Masse setzt man kleine Häufchen auf ein gefettetes Blech und backt sie bei guter Mittelhitze in etwa 15 Minuten ab.

Nuß-Lebkuchen (Nürnberger)

Zutaten zum Teig:

70 g Schmalz	250 g Weizenmehl
1 Teel. = etwa 5 g Zimt	1 Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
1 Messerspitze gemahlene Nelken	
150 g Zucker, 2 Eier	
1 Teel. Kakao	
100 g Zitronat	
100 g Orangeat	
200 g Haselnußkerne oder Mandeln	
100 g Korinthen	
½ Liter Milch	

Zutaten zum Guß:

150 g Puderzucker
2 Eßl. heißes Wasser
1 Fläschchen Dr. Oetker's Rum-Aroma

Zum Bestreuen:

Etwas Buntzucker

Zubereitung des Teiges: Das Schmalz wird zerlassen, die Gewürze und Zucker hinzugegeben und, nachdem etwas abgekühlt, auch die Eier hinzugefügt. Man schlägt die Masse tüchtig durch, untermengt Kakao, das kleingeschnittene Zitronat und Orangeat, die geriebenen Nüsse, Korinthen, Milch und zum Schluß das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl. Die Masse wird fingerdick auf runde (8-10 cm Durchmesser) oder längliche (10-12 zu 6-8 cm) Oblaten gestrichen und auf einem gesäuberten Blech bei leichter Hitze ungefähr 30 Minuten gebacken. Gleich nach dem Herausnehmen aus dem Ofen überpinselt man die Kuchen mit dem Zuckerguß und streut etwas Buntzucker darauf.

Zubereitung des Gusses: Der Puderzucker wird mit dem Wasser und Rum-Aroma zu einer dickflüssigen Masse verrührt.

Eiersparende Gebäcke

Billiger Napfkuchen

Zutaten:

125 g Butter	500 g Weizenmehl
200 g Zucker	1 Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
1 Ei	1 Päckchen Dr. Oetker's Söfepulver
½ Fläschchen Dr. Oetker's Backöl Zitrone	Vanille-Geschmack
	etwa ¼ Liter Milch

Zubereitung: Die Butter rührt man schaumig, fügt Zucker, Ei und Backöl hinzu und untermengt danach abwechselnd das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl und die Milch, von der man einen Teil zum Anrühren des Söfepulvers verwendet hat. Man füllt den fertigen Teig in eine gefettete, ausgestreute Napfkuchenform und backt ihn bei guter Mittelhitze etwa 1 Stunde.

Neuer Wochenendkuchen

Zutaten:

150 g Butter	1 Päckchen Dr. Oetker's Söfepulver
150 g Zucker	Vanille-Geschmack
2 Eier	etwa ¼ Liter Milch
½-1 Fläschchen Dr. Oetker's Backöl Zitrone	50 g Saffade
500 g Weizenmehl	50 g Rosinen
1 Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“	50 g Korinthen

Zubereitung: Die Butter rührt man zu Sahne, fügt Zucker, Eigelb und Backöl hinzu und rührt das Ganze schaumig. Danach gibt man das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl abwechselnd mit der Milch, von der man einen Teil zum Anrühren des Söfepulvers verwendet hat, in den Teig. Zuletzt unterhebt man gleichzeitig den steif geschlagenen Eierschnee, die feingeschnittene Saffade und die gereinigten Rosinen und Korinthen. Man füllt die Masse in eine gefettete, ausgestreute Napfkuchenform und läßt sie etwa 1 Stunde bei guter Mittelhitze backen.

Armes Negerlein

Zutaten:

50 g Butter	250 g Weizenmehl
150 g Zucker	½ Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
½ Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker	1 Päckchen Dr. Oetker's Schokoladen- oder Gala-Puddingpulver
1 Ei	etwa 6 Eßl. Milch

Zubereitung: Die Butter rührt man zu Sahne, fügt Zucker, Vanillinzucker und Ei hinzu, rührt schaumig und gibt dann das mit dem „Bacfin“ und dem Puddingpulver gemischte und gesiebte Mehl abwechselnd mit der Milch zum Teig. Man füllt die Masse in eine gefettete Springform und backt den Kuchen etwa 30 Minuten bei Mittelhitze. Das fertige Gebäck überstäubt man mit Puderzucker. - Nach Belieben kann man die doppelten Zutatenmengen nehmen, muß dann aber 50-60 Minuten backen.

Krümeltorte mit Apfelfüllung

Zutaten:

250 g Butter	500 g Weizenmehl
200 g Zucker	1 Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
1 Ei	500 g Apfelscheiben
1 Fläschchen Dr. Oetker's Rum-Aroma	1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker
	etwa ½ Liter Wasser

Zubereitung: Butter, Zucker und Ei rührt man schaumig, fügt das Rum-Aroma und das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl hinzu. Dann mengt man den Teig mit der Hand gut durch, so daß eine krümelige Masse entsteht. Die Hälfte des Teiges füllt man in eine gut gefettete Springform, gibt darauf die mit Wasser und Vanillinzucker gedünsteten und wieder erkalteten Apfel und krümelt darüber den Rest des Teiges. Man backt die Torte bei guter Mittelhitze etwa ¼-1 Stunde.

Sandspritzen

Zutaten:

250 g Butter	575 g Weizenmehl
125 g Zucker	1 gestrichener Teel. = 3 g Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker	

Zubereitung: Man rührt die Butter zu Sahne, fügt Zucker und Vanillinzucker hinzu, rührt schaumig und untermengt dann das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl. Der sehr feste Teig wird nach und nach in eine Kuchenpritze gefüllt, zu S-Formen oder Kränzen auf ein gesäubertes Blech gespritzt und bei Mittelhitze goldgelb gebacken.

Die S-förmigen Sandspritzen kann man nach dem Erkalten mit einem Ende in Schokoladenguß (siehe Mohrenköpfe) tauchen.

Brotstangen

Zutaten:

500 g Weizenmehl	1 gestrichener Teel. = 3 g Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“
150 g Zucker	
375 g Butter, 5 g Zimt	

Zubereitung: Das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl wird franzförmig auf das Backbrett oder die Tischplatte gegeben. In die Mitte schüttet man Zucker und Zimt, und auf das Ganze pflückt man die Butter in Stückchen. Nun bedeckt man sie mit etwas außenliegendem Mehl und verknetet das Ganze schnell zu einem Teig, den man vor der Weiterverarbeitung am besten kurze Zeit kühl legt. Dann rollt man von der Masse etwa bleistiftstarke Platten aus, die man in Streifen von 1-1½ cm Breite und 10-12 cm Länge schneidet. Man legt diese Streifen auf ein gefettetes, leicht bemehltes Blech, bestreicht sie mit etwas zu Schnee geschlagenem Eiweiß, streut etwas Zucker darauf und backt die Stangen bei guter Mittelhitze etwa 10 Minuten.

Nach Belieben kann man an Stelle des Zimts auch 1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker verwenden.

Vanille-Brezeln

Zutaten zum Teig:

300 g Weizenmehl	100 g Mandeln
2 gestrichene Teel. = 6 g Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“	200 g Butter
75 g Zucker	
½ Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker	

Zubereitung: Das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl wird franzförmig auf das Backbrett oder die Tischplatte gegeben. In die Mitte gibt man Zucker, Vanillinzucker und die abgezogenen, gemahlene Mandeln. Dann pflückt man die Butter in kleinen Stückchen darauf, bedeckt sie mit etwas außenliegendem Mehl und verknetet das Ganze zu einem glatten Teig, aus dem man kleinfingerdicke Rollen und daraus wieder Brezeln formt. Sie werden auf einem leicht gefetteten Blech bei guter Mittelhitze in etwa 10 Minuten goldgelb gebacken und noch heiß mit dem Gemisch von Zucker und Vanillinzucker bestreut.

Kleingebäck aus Quark-Blätterteig

Zutaten zum Teig:

250 g Weizenmehl	250 g Quark
½ Päckchen Dr. Oetker's Backpulver „Bacfin“	1 Päckchen Dr. Oetker's Vanillinzucker
250 g Butter	

Zum Füllen:

150-200 g Marmelade

Zum Bestreichen:

Etwas Ei

Zum Bestreuen:

Etwas Hagel-, Kristall- oder Puderzucker

Zubereitung: Das mit dem „Bacfin“ gemischte und gesiebte Mehl wird franzförmig auf das Backbrett oder die Tischplatte gegeben. In die Mitte gibt man Quark und Vanillinzucker und pflückt darauf die kalt gestellte, harte Butter in kleinen Stückchen. Sie wird mit etwas außenliegendem Mehl bedeckt und das Ganze schnell zu einem glatten Teig verknetet, den man eine Zeitlang recht kalt stellt. Dann rollt man ihn ¼-½ cm dick aus, schneidet mit dem Kuchenrädchen beliebige Muster daraus, die man mit Marmelade bestreicht und zu verschiedenen Formen zusammenklappt. Man legt die Teilchen auf ein gut gesäubertes Blech, bestreicht sie mit Ei und streut etwas Zucker darauf. Danach wird das Blech mit den Teigteilchen kurze Zeit recht kalt gestellt und dann in einen heißen Ofen geschoben. Man backt die Blätterteigstückchen bei starker Hitze in 15-20 Minuten goldgelb.



Krümeltorte mit Apfelfüllung

Neuer Wochenendkuchen

Sandspritzen, Vanille-Brezeln, Brotstangen

Weitere Rezepte dieser Art finden Sie im Dr. Oetker-Rezeptbuch „Backen macht Freude“!

Fettsparend

Pfeffernüsse mit Guß
Haselnußmakronen
Honigkuchen
zum Aufschneiden
Obstkuchen in Springform
Einfache Torte mit Apfelmus

Korinthenbrot
Apfelauflauf
Früchtebrot
Rumtorte
Billiger Kaffee Kuchen

Eiersparend

Billiger Kaffee Kuchen
Korinthenbrot
Bienenstich
Haferlock-Plätzchen
Punschkränzchen
Mandelstangen
Terrassen
Heidesand
Salzstangen
Printen
Brauner
Weihnachtskuchen