

Kaiserschmarrn



Zutaten

- 300 g helles glutenfreies Mehl
- 6 Eigelb
- 3/8 l LF-Milch
- 2 EL Traubenzucker
- 1 Prise Salz
- 6 Eiweiß, steif geschlagen
- Butterschmalz zum Ausbacken
- Traubenzucker zum Bestreuen

Portionen 4

Zubereitung

Das Mehl mit Eigelb, Milch, Traubenzucker und Salz zu einem glatten Teig rühren. 20 Minuten quellen lassen.

Den Eischnee locker unter den Teig ziehen. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen.

Teig portionsweise hineingießen, leicht anbacken lassen. Dann mit 2 Gabeln oder Holzschabern in kleine Stücke reißen und unter beständigem wenden rasch fertig backen. Den Kaiserschmarrn mit Traubenzucker bestreuen und heiß servieren.

Tipp: Schmeckt toll mit Vanillesoße oder Rhabarberkompott.

Pro Portion	
Fruktose	0,07g
Glukose	0,07g
Verhältnis	1 : 1
Zusätzlicher TZ im Rezept	2,5g