

# Rezeptideen mit Albaöl



## Vollkorntörtchen mit Rhabarber

### Zutaten

(für 15 Papierbackförmchen  
bzw. ein Muffinblech)  
100 g Zucker  
1 Prise Salz  
1 Päckchen Vanillezucker  
½ TL abgeriebene Schale einer  
unbehandelten Zitrone  
2 Eier, Eiweiß und Eigelb trennen  
90 ml Albaöl (80 g)  
200 g Weizen- oder Dinkelvollkorn-  
mehl  
2 TL Backpulver  
50 ml Milch  
2 Stangen Rhabarber  
3 EL gehobelte Mandeln oder  
Pinienkerne  
etwas Puderzucker zum Bestäuben

### Nährwertinformation

1 Portion enthält:  
143 Kalorien  
7 g Fett  
3 g Eiweiß  
16 g Kohlenhydrate (≈ 1,5 BE)  
28 mg Cholesterin

### Zubereitung

Das Mehl mit dem Backpulver mischen.  
Zucker und Eigelb mindestens 5 Minuten mit dem Handrührgerät (Schneebeesen) schaumig schlagen. Salz, Vanillezucker und Zitronenschale dazugeben.  
Das Albaöl langsam unter ständigem Rühren in den Teig einlaufen lassen.  
Dann das Mehl-Backpulver-Gemisch esslöffelweise, mit der Milch im Wechsel, unter die Masse rühren.  
Das Eiweiß mit dem Handrührgerät (Schneebeesen) zu festem Eischnee schlagen und behutsam unter die Masse heben.  
Ein Muffinblech einfetten oder Papierförmchen hineinssetzen.  
Die Muffinmulden zu etwa zwei Drittel mit Teig füllen.  
Den Rhabarber in 1 cm lange Stücke schneiden. 5 bis 6 Rhabarberstücke auf jedem Törtchen verteilen. Anschließend die Törtchen mit gehobelten Mandeln oder Pinienkernen bestreuen.

Backen: ca. 15 Minuten auf der mittleren Schiene bei 180 °C Ober- und Unterhitze.

Die Muffins einige Minuten in der Form auskühlen lassen, dann herauslösen und mit Puderzucker bestreuen.

### Tipp

Statt Vollkornmehl eignet sich auch normales Weizenmehl. Sie benötigen dann nur drei Esslöffel Milch.

# Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: [www.albaeol.de](http://www.albaeol.de)