

Rezeptideen mit Albaöl



Gunnebos kärleksmums*

Zutaten

(für 24 Stück)

Teig:

100 ml Albaöl (90 g)

300 g Roh-Rohrzucker

2 Eier

250 g Weizenmehl

3 gestrichene EL Kakaopulver

2 TL Backpulver

1 Prise Salz

200 ml Vollmilch

Backpapier

Glasur und Dekoration:

2 EL Albaöl

2 EL Kakaopulver

1 EL Vanillezucker

150 g Puderzucker

ca. 3 EL heißer Kaffee

2 EL Kokosflocken zum Bestreuen

Nährwertinformation

1 Stück enthält:

176 Kalorien

6 g Fett

2 g Eiweiß

28 g Kohlenhydrate (≈ 2,5 BE)

21 mg Cholesterin

Zubereitung

Teig:

Albaöl, Zucker, Salz und Eier schaumig schlagen. Mehl, Backpulver und Kakaopulver mischen. Die Mehlmischung im Wechsel mit der Milch unter die Eiermasse rühren.

Eine flache Backform (etwa 30 cm x 40 cm groß) mit Backpapier auslegen und den Teig in die Backform füllen. Der Teig sollte ca. 3 cm hoch in der Backform stehen.

Backen: ca. 20 Minuten auf der mittleren Schiene bei 200 °C Ober- und Unterhitze.

Glasur:

Kakao, Vanillezucker und Puderzucker vermischen. So viel Kaffee dazugeben, dass eine zähe, aber streichfähige Masse entsteht. Das Albaöl unterrühren.

Die Glasur mit einem breiten Pinsel dünn auf den ausgekühlten Kuchen streichen und mit Kokosflocken bestreuen. Nach etwa einer Stunde ist die Glasur schnittfest. Den Kuchen in 24 Stücke schneiden.



* In Gunnebo, einem kleinen Ort in Småland, lebten einst Gunnar und Gunilla. Gunnar, obwohl im heiratsfähigen Alter, war noch immer ledig. Nichts geht doch über die Freiheit eines Junggesellen! Gunilla, eine Freundin von ihm, konnte sich Gunnar jedoch gut als ihren Ehemann vorstellen. Und sie wusste, dass er gern Kuchen isst ... Was tat sie also? Sie backte einen Schokoladenkuchen mit Kokosstreuseln und lud Gunnar zum Kaffee ein. Der sagte schon nach dem ersten Bissen „mums“, was auf Schwedisch so viel wie „mh, lecker!“ bedeutet. Nach dem dritten Stück machte er Gunilla dann einen Heiratsantrag. Liebe (auf Schwedisch: „kärlek“) geht eben auch in Schweden durch den Magen.

Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: www.albaeol.de