



## *Joghurt-Beeren-Torte*

### Zutaten

300	g	Weizenvollkornmehl oder Weizenmehl Typ 1050
1	Pack.	Backpulver
160	g	Zucker
1	Päckch.	Vanillepuddingpulver
ca. 300	ml	Buttermilch
1		Eischnee
1		Ei
1	TL	Rapsöl
200	g	Himbeeren
200	g	Brombeeren oder Erdbeeren
500	g	Magerjoghurt
100	g	Zucker
10	Blatt	weiße Gelatine
100	g	Schlagsahne
etwas		Puderzucker

### Zubereitung

Mehl, Backpulver, Zucker und Vanillepuddingpulver gut miteinander vermengen. Die Eier trennen und die Eiweiß steif schlagen. Mit dem Handrührgerät oder der Küchenmaschine die Buttermilch und 1 Eigelb unterrühren bis ein glatter, schwerer Teig entsteht. Zuletzt die Eischnee unterheben.

Eine Springform mit dem Öl auspinseln und den Teig einfüllen. Im vorgeheizten Backofen ca. 40 Min. bei 180 °C (Umluft, sonst ca. 200 °C) backen.

Für die Füllung die Beeren putzen. Die Himbeeren passieren und gemeinsam mit dem Joghurt und Zucker aufschlagen. Die Sahne schlagen. Gelatine laut Packungsangabe in kaltem Wasser einweichen und auflösen. Etwas Joghurtmasse in die Gelatine einrühren und alles (einschl. der restlichen Beeren) miteinander vermengen. Die Masse kaltstellen, bis sie anfängt fest zu werden. Dann vorsichtig die geschlagene Sahne unterheben.

Nach dem auskühlen den Boden einmal durchteilen und die untere Hälfte mit einem Tortenring auf eine Platte geben. Die Joghurtmasse einfüllen und die zweite Hälfte darauf legen. Die Torte ca. 4 Stunden in den Kühlschrank stellen, bis die Masse völlig fest ist. Anschließend den Tortenring vorsichtig entfernen und mit Puderzucker bestreuen.

Tipp: Sie können selbstverständlich auch andere Früchte verwenden.

### Nährwerte

pro Stück bei 16 Stück

Kilokalorien	:	203	Kilojoule	:	849
Eiweiß	:	6 g	Ballaststoffe	:	2 g
Fett	:	4 g			
Kohlenhydrate	:	35 g			