



Low Carb Pflaumenkuchen

Ergibt: 16 Stücke

Zutaten:

ca. 700 g Pflaumen

1 EL Wasser

160 g + 1-2 EL Erythrit

1 TL Speisestärke

6 Eier

250 g Skyr

ein paar Tropfen Vanillearoma oder Mark
von $\frac{1}{4}$ Vanilleschote

150 g Mandelmehl

1 TL Backpulver

1 Prise Salz

1-2 EL Erythrit-Puderzucker

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine eckige Springform (24 x 34) mit Backpapier auslegen.
 2. Die Pflaumen waschen und entsteinen. 200 g klein schneiden und mit dem Wasser und 1-2 EL Erythrit (Menge der Süße der Pflaumen anpassen) 10 Minuten kochen. Wenn die Pflaumen weich sind, pürieren, nochmals aufkochen und mit der Speisestärke andicken. Abkühlen lassen.
 3. Die restlichen Pflaumen in Spalten schneiden (vierteln) und beiseite stellen.
 4. Die Eier schaumig rühren (gut 5 Minuten in der Küchenmaschine), dann den Erythrit nach und nach zugeben. Skyr und Vanillearoma unterheben.
 5. Dann das Mandelmehl, Backpulver und das Salz zugeben und vorsichtig unterheben.
 6. Den Teig in die Springform füllen und darauf die pürierten Pflaumen in Klecksen verteilen. Mit einer Gabel spiralförmig unter den Teig ziehen. Darauf die in Spalten geschnittenen Pflaumen verteilen.
 7. Im vorgeheizten Ofen ca. 45-50 Minuten backen.
 8. Dann aus dem Ofen nehmen, ein paar Minuten in der Form auskühlen lassen, Springformrand entfernen und mit einem Kuchenheber aus der Form nehmen.
 9. Das Backpapier entfernen und den Kuchen auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.
 10. Vor dem Servieren mit Erythrit-Puderzucker bestäuben.
- 