

Biskuitrolle mit Holundercreme und Erdbeeren

ProPoints™ Wert: 4

Zubereitungsdauer: 30 min

Garzeit: 12 min

Portionen: 12

Super auch für fruchtige Marmeladenfüllungen.
Auch lecker mit Frischkäse und Obststückchen.



Zutaten

1 großes Ei, ganz
3 Eiweiß
110 g Weizenmehl
100 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker

Für die Füllung

300 g Joghurt, Natur, bis 1,8 % Fett, fettarm
125 ml Holunderblüten - Sirup
8 Blätter Gelatine
4 Portionen Weight Watchers Sahneersatz zum Aufschlagen
500 g Erdbeeren



Anleitung

Ofen auf 200 °C vorheizen. Backform (Ø ca. 30 x 23 cm) mit Backpapier auslegen.

Das Ei, 1 Eiweiß und Zucker locker cremig verrühren.

In einer separaten Schüssel die restlichen 2 Eiweiße zu Schnee aufschlagen.

Den Eischnee gleichmäßig unter die Zucker-Ei-Masse heben. Mehl darüber sieben; vorsichtig unterheben.

Teig in die Backform geben, abgedeckt 10 – 12 min. goldbraun backen.

Den Biskuit auf einer Lage Küchenpapier stürzen, unter der ein feuchtes Küchentuch liegt.

Das warme Backpapier aus der Backform sofort entfernen. Die Ränder mit einem Küchenmesser gerade schneiden; aufrollen, so dass das frische, kühle Backpapier in der Teigrolle ist. Abkühlen.

Ihr Weight-Watchers-Coach Doris Schröder



Für die Füllung: Joghurt und Holunderblütensirup verrühren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, zwei Esslöffel Wasser zufügen und in einem kleinen Topf bei milder Hitze langsam auflösen. Unter die Joghurtmasse rühren und kalt stellen. Sobald die Masse fest wird, das steif geschlagene Sahnetopping unterheben. Die Biskuitrolle vorsichtig auseinanderrollen und mit der Creme bestreichen. Wieder aufrollen und im Kühlschrank fest werden lassen. Zum Servieren in Scheiben schneiden und mit den gewaschenen und geputzten Erdbeeren belegen.

Schmeckt am besten am selben Tag

Holundersirup selbst gemacht: 3 Holunderblütendolden mit 1/8 l Wasser und 100 g Zucker aufkochen, abkühlen lassen

Ändert nichts am ProPoints™ Wert

