

Ingwerfisch

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.
Ziehen lassen: ca. 30 Min.
Backen: ca. 45 Min.
für eine Fischform von ca. 1 Liter, gefettet, bemehlt

50 g gemischte kandierte Fruchtwürfel	
50 g helle Sultaninen	
50 g dunkle Sultaninen	
20 g Ingwer in Sirup* , abgetropft, fein geschnitten	alles in eine Schüssel geben
4 Esslöffel Cognac	beigeben, ca. 30 Min. ziehen lassen
Rührteig	
200 g Butter	in einer Schüssel weich rühren
120 g Zucker	darunterrühren
3 Eier	ein Ei nach dem andern darunterrühren, weiterrühren, bis die Masse hell ist
1 unbehandelte Zitrone , nur abgeriebene Schale	
½ Teelöffel Birnbrotgewürz	mit der Fruchtmischung daruntermischen
200 g Mehl	
1 Teelöffel Backpulver	mischen, unter die Masse mischen, in die vorbereitete Form füllen

Backen: ca. 45 Min. in der unteren Hälfte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, aus der Form nehmen, auf einem Gitter auskühlen.

Tipps

- Statt Ingwer in Sirup 20 g kandierten Ingwer verwenden.
- Die Teigmasse kann auch in einer Cakeform von ca. 25 cm, gefettet, gebacken werden. Die Backzeit verlängert sich um ca. 5 Minuten.

Haltbarkeit: in Folie eingepackt im Kühlschrank ca. 4 Tage.

Pro Stück (1/16): 12 g Fett, 3 g Eiweiss, 24 g Kohlenhydrate, 887 kJ (212 kcal)

* Ingwer in Sirup ist in Reformhäusern erhältlich.

