

Zwetschgenwähe mit Zimt

grosses Bild

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.
Backen: ca. 30 Min.
Für ein Backblech von 28–30 cm Ø

1 ausgewallter Kuchenteig (ca. 32 cm Ø)

mit dem Backpapier ins Blech legen,
Boden mit einer Gabel dicht einstechen

Belag

3 Esslöffel **gemahlene Haselnüsse**
1 Teelöffel **Zimt**

mischen, auf dem Teigboden verteilen

800 g **Zwetschgen**, halbiert, entsteint
(ergibt ca. 750 g)

mit der Schnittfläche nach oben ziegelartig
darauflegen

Guss

2 dl **Rahm**
1 **Ei**

1 Esslöffel **Maizena**
4 Esslöffel **Zucker**

alles in einem Messbecher gut verrühren,
über den Belag giessen

Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten
Ofens. Herausnehmen, auf einem Gitter etwas abkühlen, aus dem Blech
nehmen, auf dem Gitter ca. 10 Min. stehen lassen.

Pro Person: 37 g Fett, 9 g Eiweiss, 58 g Kohlenhydrate, 2497 kJ (596 kcal)

Varianten: **Aprikosenwähe** (kleines Bild oben)

Rezept zubereiten wie oben, statt Zwetschgen **Aprikosen**, verwenden.
Zimt weglassen.

Pro Person: 37 g Fett, 9 g Eiweiss, 68 g Kohlenhydrate, 2670 kJ (638 kcal)

Rhabarberwähe (kleines Bild unten)

Teig vorbereiten wie oben. **Belag:** Teigboden mit 4 Esslöffel **Erdbeerkonfi-
türe** bestreichen und mit 3 Esslöffel **gemahlene Mandeln** bestreuen.
Statt Zwetschgen 800 g **Rhabarber**, in ca. 1 cm grossen Stücken, verwenden.
Guss zubereiten wie oben. **Backen:** wie oben.

Pro Person: 37 g Fett, 10 g Eiweiss, 63 g Kohlenhydrate, 2637 kJ (630 kcal)

Hinweis: Für ein Backblech von ca. 30×40 cm 1 ausgewallten Family-Kuchen-
teig (ca. 36×44 cm) und je die doppelte Menge Belag und Guss verwenden
(alle 3 Varianten).

