

Rote Johannisbeer-Clafoutis und Vanille-Creme fraîche ohne Zucker



35 min. 167 kcal SteviaSweet Crystal

Zubereitung ohne Zucker

1. Ofen auf 200 °C vorheizen.
2. Portionsschälchen mit Öl einfetten und die roten Johannisbeeren in die Förmchen geben.
3. Einen Teil zum Dekorieren zurückbehalten. Die anderen Zutaten für die Eierkuchen zu einem Teig verrühren und in die Förmchen auf die roten Johannisbeeren geben.
4. Auf mittlerer Schiene im Ofen ca. 20 – 25 Minuten backen. Vor dem Servieren etwas abkühlen lassen.
5. Die Creme fraîche mit SteviaSweet Crystal und gemahlener Vanille abschmecken.
6. Verrühren und zusammen mit den übrigen roten Johannisbeeren auf den gebackenen Clafoutis verteilen.

Zutaten für 6 Portionen

100 g	rote Johannisbeeren
2 EL	Weissmehl
45 g	gemahlene Mandeln
1/2 TL	Backpulver
40 g	SteviaSweet Crystal
250 ml	Milch
2	Eier
	(Öl zum Einfetten der Form)

Sevieren mit

100 ml	Creme fraîche
1 TL	SteviaSweet Crystal
1/4 TL	gemahlene Vanille

Nährwerte pro Portion

167	kcal
703	kJ
6.5	Protein in g
6	Kohlenhydrate in g
13	Fett in g