

PORTIONEN

16

ZEIT GESAMT

120 min

LEVEL

easy

Rezept

FANTAKUCHEN

Fantakuchen – das ist für viele eine Kindheitserinnerung und ein absoluter Evergreen! Klar, dass ich den berühmten Kuchen auch mal low carb in Angriff nehmen wollte. Wer allerdings auch auf Zero verzichtet, muss auf dieses Rezept verzichten (oder vielleicht Orangensaft mit Sprudel und etwas Erythrit mischen?). Um dem ganzen einen Touch von Stracciatella zu geben, habe ich noch ein wenig Zartbitterschokolade in den Teig gegeben – no sugar added natürlich.

Das Topping kann man ganz einfach halten und Pulvererythrit verwenden, oder aber ein etwas aufwändigeres mit Schokolade und einer Schmand-Joghurt-Mischung – so wie bei mir. Ob Du dann noch ein paar Früchte dazu gibst, überlasse ich Dir. Vielleicht ist das ja auch einfach eine möglichen Variation für das 2. Mal Fantakuchenbacken. Hab' viel Spass beim Nachbacken!



[Rezept als PDF](#)

ZUTATEN

Für den Teig:

- 4 Eier (bei mir immer Größe L)
- ca. 80 g pulverisiertes **Erythrit** (Menge nach Geschmack)
- 120 ml Fanta Zero
- 200 g gemahlene und blanchierte Mandeln
- 30 g (Süß-)Lupinenmehl
- 100 g Butter
- 1 Päckchen geeignetes Backpulver
- 40 g **no sugar added Zartbitterschokolade**

Für das Topping:

- Für die Schokoschicht:
 - 80 g **no sugar added Vollmilchschokolade**
 - 30 g Sahne
- Für die Schmand-Joghurt-Schicht
 - 200 g Schmand
 - 300 g gr. Joghurt oder Joghurt gr. Art
 - 1 Päckchen Gelatine (entspricht 6 Blatt)
 - 2 Nektarinen
 - ca. 1 EL pulverisiertes **Erythrit** (Menge nach Geschmack)

Sind wir nicht alle ein bisschen Fanta?



SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

SCHRITT 1

Eier trennen und die Eiweiße zu festem Eischnee schlagen. Die Butter soweit erwärmen, dass sie weich, aber nicht vollständig flüssig ist.

SCHRITT 2

Eigelbe mit Erythrit schaumig schlagen – die Masse wird dabei schön hell. Jetzt die Butter hinzufügen und unterrühren.
Ofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

SCHRITT 3

Mandeln, Lupinenmehl und geeignetes Backpulver gut untereinander mitschen und dann in die Eigelb-Buttermasse geben. Fanta hinzufügen und alles miteinander verrühren.

SCHRITT 4

Die Zartbitterschokolade klein hacken und in den Teig geben. Ist diese entsprechend vermischt, den Eischnee unterheben.

SCHRITT 5

Den Teig in eine Silikonform geben. Meine Form hat 24 x 24 cm, dann wird der Kuchen entsprechend dünn. Wer es etwas dicker mag, sollte auf ca. 20 x 20 cm drück gehen. Ich verwende eine **coox-Wunderform** (halbes Blech), bei der sich die Seitenwangen einzeln öffnen und schließen lassen, das macht das Schichten nach dem Backen einfacher.

SCHRITT 6

Den Kuchen für 30 min backen, sollte er dunkel werden, mit Alufolie abdecken.

SCHRITT 7

Nach dem Backen, den Kuchen komplett auskühlen lassen. Du kannst ihn dazu gerne aus der Form nehmen und nach dem Erkalten wieder zurück in die Form geben.

SCHRITT 8

Wenn Du kein weiteres Topping machen möchtest, dann ist es jetzt ausreichend, den Kuchen mit etwas Pulvererythrit einzustäuben.

SCHRITT 9

Für die Schokoladenschicht erwärme die Vollmilchschokolade und mische die Sahne (nicht geschlagen) darunter. Verteile die Masse dann gleichmäßig auf dem Kuchen. Stelle den Kuchen dann für ca. 20 min in den Kühlschrank oder auch das Gefrierfach, so dass diese Schicht fester wird (sie wird durch die Sahne nicht wie Schokolade aushärten. Das ist aber auch gewollt, da sich der Kuchen dann besser schneiden lässt).

SCHRITT 10

Währenddessen kannst Du die gemahlene Gelatine mit 2-3 EL Wasser in einem kleinen Gefäß für ca. 10 min quellen lassen.

Erwärme etwas flüssige Sahne mit der gequollenen Gelatine und rühre diese glatt. Verrühre Schmand, Joghurt und Erythrit (pulverisiert) und gib die Gelatinemischung hinzu. Jetzt kann Du optional etwas Obst in kleinen Würfelchen dazu geben und dann alles auf der Schokoladenschicht gleichmäßig verteilen.

SCHRITT 11

Jetzt stellst Du den Kuchen – am besten über Nacht – in den Kühlschrank und kannst ihn am nächsten Tag köstlich gekühlt genießen.