

Windbeutel mit Erdbeeren

Zutaten

(für 6 Personen)

125 ml Milch 1,5% Fett

125 ml Wasser

25 g Butter

4 Eier

150 g Mehl

1 Tel. Backpulver, 1 Prise Salz

Füllung:

150 g Magerquark

150 g Naturjoghurt

150 ml Sahne

5 Blatt weiße Gelatine

200 g Erdbeeren

Für den Brandteig Milch, Wasser, Butter u. Salz in einem Topf aufkochen. Das Mehl hinzugeben und mit einem Rührlöffel die Zutaten verrühren bis sich die Masse vom Topfboden löst. Topf vom Herd nehmen, ein Ei unterrühren und nach und nach die restlichen Eier untermischen und das Backpulver dazu. Der Teig sollte in langen Spitzen vom Löffel fallen.

Backblech mit Backpapier belegen und darauf mit dem Spritzbeutel Walnussgroße Tupfen spritzen.

Backofen 220° C ca. 18 – 20 Min. goldbraun backen, Backofen nicht zwischendurch öffnen

Für die Füllung die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Erdbeeren waschen und in kleine Stücke schneiden. Sahne steif schlagen. Quark mit Joghurt verrühren, Gelatine ausdrücken und in einem Topf erwärmen. Zu der aufgelösten Gelatine drei Esslöffel der Quarkmasse geben, glatt rühren mit der restlichen Mischung, Sahne und Erdbeeren vermengen mit etwas Süßstoff abschmecken. Windbeutel aufschneiden, mit der Erdbeermischung füllen.

Pro Person

Energie 270 Kcal Fett 14 g Kohlenhydrate 24 g Eiweiß 11g

