

Ernährungs vision Österreich



Beeren-Mascarpone-Torte

Unsere fruchtige Beeren-Mascarpone Torte schmeckt fruchtig-frisch und passt zu vielen Anlässen. In unserem Rezept arbeiten wir mit einer Creme auf Mascarpone-Basis und kommen damit ohne zusätzliche Bindemittel wie Gelatine oder Agar Agar aus.

Für den Biskuitboden verwenden wir wie gewohnt Dinkelmehl.

Bei der Glasur arbeiten wir, um zuckerfrei zu bleiben, mit Bio-Schokolade dunkle Drops, welche mit zuckerfreier Biosüße gesüßt wird.

Da es mittlerweile auch laktosefreien Mascarpone zu kaufen gibt, kann bei einer Laktose Unverträglichkeit einfach solchen verwenden.

Die Zutaten für den Tortenboden:

5	Stk	Eier
150	g	Erythrit (oder Biosüße)
1	Prise	Salz
150	g	Dinkelmehl

Die Zutaten für die Creme:

200	g	Beeren TK
200	g	Naturjoghurt
80	g	Kokosblütenzucker (oder 100 g Erythrit)
1/2	Stk	Saft einer frischen Zitrone
500	g	Mascarpone light

Die Zutaten für die Ganache (Glasur):

250	ml	Schlagobers
250	g	Dunkle Schokolade mit Sukrin

Die Zubereitung:

1. Als Erstes wird der Tortenboden gebacken. Dafür die Eier mit Erythrit und Salz mit dem Mixer schaumig rühren, dann nach und nach das Mehl darunter rühren.
2. Die Masse in eine gut eingefetteten und bemehlten Backform füllen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad ca. 25-30 Minuten backen.
3. Den Tortenboden nach dem Backen aus der Form nehmen, gut auskühlen lassen und in 3 gleichmäßig dicke Böden schneiden.
4. Im nächsten Schritt die aufgetauten Beeren mit einem Stabmixer pürieren (eventuelle zusätzlich sieben) und mit den restlichen Zutaten mit einem Mixer glatt verrühren.
5. Für den Aufbau der Torte verwendet man idealerweise eine etwas größere Backform, als für den Tortenboden. Somit ist auch der Rand der Torte bereits die Creme gefüllt.
Nun auf den ersten Tortenboden in etwas $\frac{1}{4}$ der Creme gleichmäßig verstreichen. Die den beiden weitere Tortenböden ebenso verarbeiten. Am oberen Ende die Creme gleichmäßig verstreichen.
6. Die Torte nun gut durchkühlen lassen, dauert zumindest 3-4 Stunden. Die gekühlte Torte behutsam aus der Backform nehmen - idealerweise gleitet man mit einem kleinen, spitzen Messer am Tortenrand entlang, um die Torte herauszulösen.

7. Für die Ganache (Glasur) das Schlagobers aufkochen und die Schokolade darin schmelzen und gut miteinander verrühren. Danach in einen Spritzsack füllen und auf die Oberfläche der kalten Torte verteilen. Zuerst am Rand entlang, damit ein wenig Ganache (Glasur) die Seiten herunterläuft. Den Rest in der Mitte der Torte anbringen und mit einer Palette verteilen.
8. Die Torte nun noch mit ein paar frische Beeren dekorieren.
9. Wer Lust und Zeit hat, kann die Dekoration noch etwas aufpeppen und mit einem Teil der Ganache Schokoladengitter auf ein Backpapier aufspritzen und nach dem Trocknen auf der Torte drapieren.