



Teige und Massen

Back-Bier-Teig

Rezeptnummer: 000.000.694

Zutaten:

200 g Mehl

10g Salz

500 ml Bier

2 Eigelb

15g Oel

2 Eiweiss

Zubereitung:

Das Mehl in einen Topf sieben und das Salz dazugeben. Mit dem Bier, den Eigelben und dem Oel zu einem glatten Teig verruehren. Das sehr steif geschlagene Eiweiss vorsichtig unter den Teig heben. Je nach Geschmack koennen nun Fleisch, Fisch, Gemuese, Obst oder Camembert(reicht fuer etwa 6) durch den Teig gezogen und im schwimmenden Fett goldgelb ausgebacken werden.





Teige und Massen

Back-Bier-Teig

Rezeptnummer: 000.000.694

Abwandlung:

Anstelle von Bier kann man bei der Teigzubereitung auch Wein, Gemuesebruehe oder Milch verwenden.

Backhitze:	°C
Backzeit:	Minuten
Anzahl der Portionen:	100g (Nährwerte bezogen)
Zubereitungszeit:	10-15 Minuten
Teigruhe:	Keine Teigruhe nötig
Kalorien pro Portion:	140,75 kcal
Fett pro Portion:	3,48 g
Point's pro Portion	3

*Points bezieht sich auf das Weight Watcher Programm

