



Teige und Massen

Backteig auf Französische Art

Rezeptnummer: 000.000.696

Zutaten:

280 g Weißmehl (Typ 405)

300 ml Weißwein

74 ml Olivenöl bei Bedarf etwas mehr

4 Eiweiß, event. 1/4 mehr

Salz

Zubereitung:

Gesiebtes Mehl mit Weißwein und Olivenöl zu einem zarten, etwas dickflüssigen Teig rühren. Leicht salzen. Eischnee darunter mengen. Anmerkung: Den Teig erst kurz bevor man ihn braucht herstellen, denn langes Stehen würde ihn verderben. Auch darauf achten, dass er die gehörige Dicke hat und die Beimischung des Öls genau ist, denn ein Löffel voll Öl zu viel macht ihn fett, und bei zu wenig wird der Teig nach dem Backen wieder weich und zäh.



Chrilles Backstübchen

backen_mit_chrille@tortenboxer.de



Teige und Massen

Backteig auf Französische Art

Rezeptnummer: 000.000.696

Backhitze:	°C
Backzeit:	Minuten
Anzahl der Portionen:	100g (Nährwerte bezogen)
Zubereitungszeit:	10-15 Minuten
Teigruhe:	Keine Teigruhe nötig
Kalorien pro Portion:	242,32 kcal
Fett pro Portion:	9,97 g
Point's pro Portion	5,5

*Points bezieht sich auf das Weight Watcher Programm

