

Grundrezept Quark-Öl-Teig

Für das Backblech (40 x 30 cm):
etwas Fett

Quark-Öl-Teig:

300 g Weizenmehl
3 TL Dr. Oetker Original Backin
75 g Zucker *
1 Pck. Dr. Oetker Vanillin-Zucker *
1 Pr. Salz
150 g Speisequark (Magerstufe)
100 ml Milch
100 ml Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl

1. Vorbereiten: Backofen vorheizen. Backblech fetten.

Ober-/Unterhitze: etwa 180°C

Heißluft: etwa 160°C

2. Quark-Öl-Teig: Mehl mit Backin in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten für den Teig hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) erst kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verarbeiten (Nicht zu lange kneten, Teig klebt sonst!). Anschließend den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle formen. Teig auf dem Backblech ausrollen. Belag nach Belieben zubereiten (z. B. vorbereitetes Obst klein schneiden, auf dem Boden verteilen und mit Streuseln oder einem Guss bedecken oder für einen pikanten Kuchen wie eine Pizza belegen). Das Backblech in den Backofen schieben. Je nach Belag kann die Backzeit etwas variieren.

Backzeit: etwa 35 Min.

Den Kuchen auf dem Backblech auf einem Kuchenrost erkalten lassen (die Pizza warm servieren).

Pro Portion / Stück: E: 3 g, F: 6 g, Kh: 15 g, kJ: 514, kcal: 123

* bei pikantem Gebäck weglassen

etwa 20 Stück



gelingt leicht



bis 20 Min.
ohne Stand-, Back- und Kühlzeit

Tipp:

- Quark-Öl-Teiggebäcke schmecken frisch am besten. Sie können aber auch eingefroren werden, dann bei Zimmertemperatur in der Verpackung auftauen lassen.