

Donuts mit Beersauce ohne Zucker



45 min. 118 kcal SteviaSweet Crystal

Zubereitung ohne Zucker

1. Den Ofen auf 200 °C vorheizen.
2. Mehl, **SteviaSweet Crystal**, Backpulver, Natron und Kardamom mischen. Die Butter schmelzen und anschliessend geschmolzene Butter, Joghurt und Ei mit den anderen Zutaten vermengen. Die Donutform ausfetten. Den Teig mit einem Spritzbeutel in die Vertiefungen geben. Ca. 13-15 Minuten backen.
3. Die Zutaten für die Beersauce in einen Topf geben und aufkochen lassen. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln, bis die Mischung leicht eindickt. Die Sosse durch ein feines Sieb streichen. Dabei leichten Druck ausüben, damit die gesamte Flüssigkeit austritt.
4. Anschliessend abkühlen lassen, die Donuts eintunken und geniessen. Je nach Wunsch die Donuts mit getrocknetem Beeren-Pulver bestreuen.

Zutaten für 12 Portionen

195 g	Weissmehl
50 g	SteviaSweet Crystal
1 TL	Backpulver
1/2 TL	Natron
1/2 TL	Kardamom
50 g	Butter
150 g	Joghurt Nature
1	Ei
	geschmolzene Butter zum Ausfetten der Donutform

Beersauce

300 g	Beeren
50 g	SteviaSweet Crystal
2 EL	Wasser

Nährwerte pro Portion

118	kcal
495	kJ
3.5	Protein in g
14	Kohlenhydrate in g
5.5	Fett in g