

Low Carb Schoko-Erdbeer-Tiramisu

Vorbereiten	Zubereiten	Niveau
20	**45**	**Mittel**
Minuten	Minuten	☆ ★ ☆

Zutaten

Diese Zutaten benötigen wir für den Boden

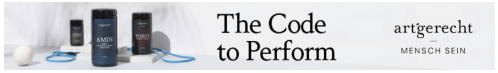
- 5 Eier
- 120 g Xucker
- 40g gemahlene Mandeln
- 40g Mehl
- 40 g Kakaopulver
- 3 EL warmes Wasser
- 1 TL Backpulver

Und diese Zutaten für die Creme

- 500 g Erdbeeren
- 250 g Mascarpone
- 500 g Quark
- Vanilleschote

außerdem:

- Kakaopulver
- 150 ml Kaffee



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

Zunächst die Eier trennen und das Eiweiß mit 80g Xucker steif schlagen. Das Eigelb mit dem restlichen Xucker und dem Wasser schaumig rühren. Das Mehl mit den Mandeln, dem Kakaopulver und dem Backpulver vermengen. Die Eigelb-Masse vorsichtig unter die Eiweiß-Masse heben. Die Mehlmischung langsam unterrühren. Den Teig in eine Auflaufform (Größe ca. 25 x 15 cm) geben, alles glatt streichen und im vorgeheizten Backofen bei ca. 175° (Umluft) 25 Minuten lang backen. Dann herausnehmen und abkühlen lassen.

Während der Abkühlzeit die Erdbeeren waschen, das Grün entfernen und halbieren. Für die Creme die Mascarpone mit dem Quark vermengen und nach Geschmack Vanille hinzugeben. Wenn der Teig abgekühlt ist, diesen in der Höhe waagrecht halbieren. Den unteren Teil wieder in die (frisch gespülte) Auflaufform geben und mit dem Kaffee tränken. Wer mag, kann auch etwas Rum dazugeben. Nun eine dünne Schicht der Creme auf den getränkten Kuchen geben.

Dann die Erdbeeren gleichmäßig -mit der angeschnittenen Seite nach unten- verteilen. Anschließend wieder eine Schicht der Creme darauf geben- aber nicht alles! Nur soviel, dass die Erdbeeren umschlossen sind. Zum Schluss den Kuchendeckel darauf legen und die restliche Creme darauf verstreichen. Jetzt kommt das Schoko-Erdbeer-Tiramisu in den Kühlschrank - am besten über Nacht durchziehen zu lassen. Kurz vor dem Servieren kann je nach Geschmack Kakaopulver drüber gestreut werden.

© 2026 TIME2TRI GmbH