

PROTEIN MIX

Artikel O331

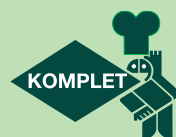


VORTEILE

- Protein
- Zuckerreduziert
- Lange Frischhaltung
- Gute Tragfähigkeit
- Einfache Verarbeitung
- Vielfältige Anwendungsmöglichkeiten

Nährwertangaben per 100 g (Rohstoff)

Brennwert [kJ/ kcal]	1.096 / 259
Fett [g]	1,4
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,5
Kohlenhydrate [g]	49
davon Zucker [g]	16
Ballaststoffe [g]	2,7
Eiweiß [g]	11
Salz [g]	1,7



AUS GUTEM
DAS BESTE
BACKEN!

Grundrezept:

Protein-Mix	1.000 g
Eier	450 g
Speiseöl	150 g
Wasser	270 g

Gesamtmasse 1.870 g

Aufschlagzeit: 2 – 3 Minuten
Alle Zutaten der Masse mit der Rührmaschine drei Minuten glattrühren. Anschließend die Masse auf ein vorbereitetes Blech aufstreichen und abbacken.

Einwaage: 1.870 g
für 60 x 20 Blech
Backtemperatur: ca. 160 – 170 °C
Backzeit: ca. 60 Minuten

Meistertipp:

Für einen noch saftigeren und protein-reicheren Kuchen auf die Grundmasse 100 g Skyr ergänzen und die Wasserzugabe auf 220 g reduzieren.



Protein Gugelhupf

Rezept für 5 Stück

Masse hell:	
Protein-Mix	1.600 g
Eier	720 g
Speiseöl	240 g
Wasser	435 g

Gesamtmasse 2.995 g

Masse dunkel:	
Helle Masse	990 g
Eier	200 g
Kakao	60 g

Gesamtmasse 1.250 g

Zunächst die helle Masse zubereiten. Hierfür alle Zutaten mit der Rührmaschine drei Minuten glattrühren.

Aufschlagzeit: 2 – 3 Minuten

Für die dunkle Masse den Kakao mit den Eiern glattrühren und mit einem Teil (990 g) der hellen Masse verrühren.

Teigeinwaage für 1 Gugelhupf à 650 g:

400 g Helle Masse
250 g Dunkle Masse

Backtemperatur: ca. 160 – 170 °C
Backzeit: ca. 50 Minuten

Protein Fruchtekuchen

Rezept 60 x 20

Masse:	
Protein-Mix	1.000 g
Eier	450 g
Speiseöl	150 g
Wasser	270 g

Gesamtmasse 1.870 g

Fruchtauflage:
TK Beerenmischung 600 g

Aufschlagzeit: 2 – 3 Minuten

Alle Zutaten der Masse mit der Rührmaschine drei Minuten glattrühren. Anschließend die Masse auf ein vorbereitetes Blech aufstreichen, die TK Früchte aufstreuen und abbacken.

Einwaage Masse: 1.870 g pro Blech
Einwaage Früchte: 600 g pro Blech

Backtemperatur: ca. 160 – 170 °C
Backzeit: ca. 70 Minuten

Nach dem Erkalten den Kuchen mit reiner Gelatine abglänzen.



Protein Muffins

Rezept für 85 Stück

Masse:	
Protein-Mix	5.000 g
Eier	2.250 g
Speiseöl	750 g
Wasser	1.350 g

Gesamtmasse 9.350 g

Aufschlagzeit: 2 – 3 Minuten

Alle Zutaten der Masse mit der Rührmaschine drei Minuten glattrühren. Anschließend die Masse in die vorbereiteten Tulips füllen und abbacken.

Einwaage Masse: 110 g pro Tulip Cup
Backtemperatur: ca. 160 – 170 °C
Backzeit: ca. 35 Minuten



AUS GUTEM
DAS BESTE
BACKEN!