












## RÜBEN-BUCHTEL

-  250 g rote Rüben
-  1 Esslöffel getrocknete Stevia-Blätter in Pulverform
-  2 Eier
-  125 g gelöste Butter
-  200 g halbgrobes Dinkelmehl
-  60 g Walnüsse
-  50 g Rosinen
-  1 Teelöffel Backpulver

### Zubereitung:

Ofen auf 160 °C vorheizen. Die runde Form mit Durchmesser von 23 cm mit Butter ausschmieren und mit Backpapier auslegen (Sie können auch die Masse in Muffinformen einfüllen). Rüben schälen und grob reiben. Nüsse hacken. Eier mit Stevia-Blätter einrühren. Butter, Mehl und Backpulver dazugeben. Rüben, Nüsse und Rosinen darin mischen. Insgesamt 45 Minuten in die Kuchenform backen oder bis der eingesetzte Zahnstocher trocken ist.

### Nährwerte pro Portion: 246 kcal

-  Protein: 10 %
-  Kohlenhydrate: 62 %
-  Fette: 28 %