



#100309404 | © Peter Krenzle - stock.adobe.com

Windbeutel

Zubereitung

Wasser und Margarine zusammen aufkochen und das Mehl zugeben. So lange rühren bis sich die Masse vom Topfboden löst. Den Topf zur Seite ziehen und ein Ei sofort unter die heiße Masse rühren. Wenn die Masse etwas abgekühlt ist, nach und nach 3-4 Eier unterrühren. 1 Teelöffel Backpulver unterrühren. Die Masse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und kirschgroße Teighäufchen auf ein gemehltes oder mit Backpapier belegtes Backblech spritzen. Im vorgeheizten Ofen bei ca. 220° C in etwa 10-5 Minuten goldgelb backen. Nach dem Auskühlen mit einem spitzen Messer am Boden der Windbeutel ein kleines Loch zum späteren Befüllen machen.

Für die Füllung Milch mit Zucker zum Kochen bringen. Das mit dem Fresubin 2 KCAL Drink Waldfrucht-Geschmack und der Kartoffelstärke gründlich angerührte Puddingpulver zugeben. Unter ständigem Rühren kurz aufkochen und sofort kalt stellen. Den kalten Pudding in einen Spritzbeutel mit Lochtülle geben und die Windbeutel damit füllen. Nach Belieben mit Puderzucker, Kakao o.ä. bestäuben oder mit flüssiger Kuvertüre, Zuckerguss oder Fettglasur und einem Minzblatt verzieren.

Dessert

Level ☒ ☒ ☒ ☐



20



90 Min.

Zutaten

200 ml Fresubin 2 KCAL Drink
Waldfrucht-Geschmack

250 ml Wasser

300 ml Milch (3,5 % Fett)

150 g Mehl

50 g Margarine

4 - 5 Eier

1 TL Backpulver

2 EL Zucker

2 EL Kartoffelstärke

nach Belieben Puderzucker / Kakao oder
flüssige Kuvertüre, Zuckerguss oder
Fettglasur

Nährwerte pro Portion

Energie 104 kcal

Eiweiß 4,1 g

Fett 4,8 g

Kohlenhydrate 11,1 g

* Geschmacksrichtung. Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).
Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.

(10.23/SG)