

Windbeutel mit Sauerkirschfüllung

Grundrezept für 15 Stück:

¼ Liter	Wasser
50 g	Margarine
150 g	Mehl
30 g	Speisestärke
4	Eier
1 gestr. TL	Backpulver

Für die Sauerkirschfüllung:

350 g	Sauerkirschen, Glas, abgetropft
¼ Liter	Wasser
20 ml	Zitronensaft
20 g	Vanillepuddingpulver
15 g	Zucker
250 g	Sahne

Zum Bestäuben:

15 g	Puderzucker
------	-------------

Zubereitung:

Für die Windbeutel: Mehl und Stärkemehl (1 EL Mehl zum Mischen des Backpulvers zurückbehalten) sieben und vermischen. Wasser und Margarine in einem Topf zum Kochen bringen. Topf vom Herd nehmen, Mehl auf einmal unter ständigem Rühren in die Flüssigkeit schütten, zu einem glatten Kloß werden lassen und eine Minute erhitzen, dabei den Topf auf die Platte zurückstellen.

Danach den Kloß in eine Rührschüssel geben und die Eier nach und nach unterrühren, der Teig muss glänzend aussehen. Erst jetzt das mit 1 EL Mehl vermischte Backpulver darunter rühren.

Mit dem Spritzbeutel oder mit Hilfe von zwei Esslöffeln 15 gleichmäßig große Teighäufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 30 Minuten backen.

Für die Füllung: Aus Wasser, Zitronensaft, Vanillepuddingpulver und Zucker einen Zitronen-Wasser-Pudding kochen. Sauerkirschen zugeben und abkühlen lassen.

Von den inzwischen abgekühlten Windbeuteln das obere Drittel als Deckel abschneiden, mit der Fruchtmasse füllen und mit geschlagener Sahne verzieren. Danach den Deckel oben darauf setzen und mit Puderzucker leicht bestäuben.

TIPP:

Während der ersten 15 Minuten Backzeit darf die Backofentür nicht geöffnet werden, da die Windbeutel sonst zusammenfallen.

Wählen Sie auch andere kaliumarme Früchte aus oder füllen Sie die Windbeutel mit einer Quark-Fruchtcreme.

Nährwerte für 1 Windbeutel:

Kalorien:	170 kcal
Eiweiß:	5 g
Kalium:	75 mg
Phosphat:	75 mg