



# Biskuitteig Grundrezept

Zeit gesamt  
15minZubereitungszeit  
15minSchwierigkeit  
Mittel

## Zutaten

für 1 Portionen

Eier	3 St.
Zucker	125 g
Salz	
Weizenmehl, Type 405	75 g
Speisestärke	50 g
Backpulver	1 TL

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, Handrührgerät mit Schneebesens

1. Eier trennen. In einer Schüssel Eiweiß mit einem Handrührgerät mit Schneebesens steif schlagen. 75 g Zucker unter Rühren einrieseln lassen und weiterschlagen, bis der Eischnee cremig-glänzend ist.

2. In einer weiteren Schüssel Eigelb mit übrigem Zucker und Salz mit dem Handrührer cremig schlagen. Mehl, Stärke und Backpulver mischen und darüber sieben und mit der Hälfte vom Eischnee vorsichtig unterheben. Übrigen Eischnee kurz unterziehen. Biskuit je nach Rezept weiterverarbeiten. Das Rezept ist ausreichend für 1 Blech oder 1 Springform (26 cm Ø).

Viel Freude beim Genießen!

Tipps: Biskuit ist ein lockerer Teig, der seine besondere Konsistenz dem gründlichen Unterschlagen von Luft verdankt. Damit er so schön luftig wird, sind einige Tipps zu beachten: Biskuitteig muss zügig zubereitet werden und sollte gleich in den heißen Ofen kommen, also nach dem Anrühren nicht lange stehen lassen. Heize also den Ofen rechtzeitig vor.

Damit die beim Schlagen von Eischnee und der Eigelbcreme eingearbeitete Luft möglichst im Teig bleibt, schlage nicht gegen die Schüssel, um z. B. Teigreste von den Mixerquirlen zu lösen, oder beim Sieben von Mehl, Stärke und Backpulver – dadurch würde die Luft sich wieder aus der Masse verabschieden. Aus diesem Grund wird das Mehlgemisch und anschließend der Eischnee auch vorsichtig und zügig mit einem Teigspatel untergehoben und nicht untergemixt. Rühre dabei nicht zu stark und höre sofort auf, wenn alle Zutaten gut verbunden sind.

Streiche den Teig vorsichtig aufs Blech oder in die Form und gib ihn sofort in den heißen

Ofen. Öffne in den ersten ca. 15 Min. Backzeit die Ofentür nicht, damit der Teig nicht zusammenfällt.

Damit der Biskuitteig schön aufgeht, muss er an den Wänden der Form hochklettern können – sie sollte daher nicht gefettet sein. Lege die Form oder das Blech nur mit Backpapier aus. Ein kleiner Trick, damit das Papier sich auf dem Blech nicht verschiebt: Tupfe vorher etwas Butter aufs Blech und fixiere damit das Papier.

Biskuit für Tortenböden lässt sich besonders einfach in mehrere Böden schneiden, wenn man ihn einen Tag im Voraus backt. Biskuit kann auch gut eingefroren werden.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1162 kcal		
Kohlenhydrate	228 g	Ballaststoffe	3 g
Eiweiß	28 g	Fette	16 g