



Lava-Cake-Rezept

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Butter	130 g
Zucker	130 g
Schokolade, Zartbitter	120 g
Eier	4 St.
Salz	
Weizenmehl, Type 405	50 g
Puderzucker	2 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, Handrührgerät mit Schneebesen

1. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. 4 ofenfeste Förmchen mit etwas Butter einfetten und mit Zucker ausstreuen. 120 g Schokolade grob in Stücke hacken. In einem Topf 120 g Butter mit Schokolade auf niedriger Stufe schmelzen.
2. In einer Schüssel Eier, 1 Prise Salz und 120 g Zucker mit einem Handrührgerät mit Schneebesen kurz verrühren. Geschmolzene Schokobutter langsam einrühren. 50 g Mehl darafsieben und unterheben.
3. Schokoladenteig auf die 4 ofenfesten Förmchen verteilen und im Ofen ca. 10 Min. backen. Lava-Cake vorsichtig aus den Formen stürzen und mit Puderzucker bestreut servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Dazu passt Vanilleeis oder Vanillesauce.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	674 kcal
Kohlenhydrate	58 g
Eiweiß	11 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	45 g