



Xenia Koch

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Kokos-Butter-Kuchen -glutenfrei

Das Rezept ist super einfach, super lecker und es funktioniert mit jeder Art von Obst. Ich hab es schon mit Mango, mit Kirschen, Aprikosen, Pfirsichen... Also wirklich mit jedem Obst. Mein Mann ist süchtig nach dem Teig. Das ganz besonders wunderbare – der Teig funktioniert auch super glutenfrei. Man kann meistens nicht einfach 1:1 das Mehl in Rezepten austauschen. Hier klappt das aber gut. Der glutenfreie Mehlmix braucht allerdings etwas mehr Flüssigkeit.

Wenn ihr nicht glutenfrei backen wollt oder müsst, könnt ihr jede andere Mehllart einsetzen – dann einfach 1 Schnapsglas weniger Flüssigkeit zufügen.

Das Rezept ist für eine Springform – ein ganzes Blech ist einfach das doppelte Rezept! In der Springform wird der Kuchen höher und braucht die volle Backzeit. Auf dem Blech ist er flacher und braucht weniger Zeit. Bitte also den Timer auf 35 Minuten stellen und den Stäbchentest machen!!



Zutaten

190 g zimmerwarme vegane Butter (ich bevorzuge Allsan)
160 g Zucker
50 g Kokosflocken
220 g glutenfreier Mehlmix
½ Päckchen Backpulver
4 Schnapsgläser Sojamilch
Gute 250-500g Obst (je nach Sorte)

1. Butter und Zucker schaumig aufschlagen
2. Den Ofen auf 180° Ober-Unterhitze vorheizen. Umluft nicht geeignet!
3. Alle anderen Zutaten (nicht das Obst!) dazu und alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
4. Eine Backform mit Backpapier auslegen oder sehr gut einfetten, den Teig darin gleichmäßig austreichen.
5. Das Obst auf dem Teig verteilen. Bei 180° zunächst 20 Minuten backen. Dann die Hitze auf 160° reduzieren und weitere 40 – 45 Minuten zu Ende backen. Stäbchen Test machen, ob der Teig durchgebacken ist!

