

KAROTTENKUCHEN

250g Bio-Karotten
1 Bio-Apfel
110g Datteln
→ (entsteint und 2 Std in Wasser eingeweicht)
½ Bio-Zitrone
100ml Öl
125ml Pflanzenmilch
Pflanzenbutter zum Einfetten
200g gemahlene Haselnüsse
120g Mehl (beliebig)
½ Packung Backpulver
1 Prise Salz
Zimt und Kardamom nach Geschmack
Zartbitterkuvertüre
Getrocknete Früchte, Nüsse, essbare
Blüten zum Verzieren



Ofen auf 180 Grad vorheizen und eine Kastenform mit etwas Pflanzenbutter einfetten. Bio-Karotten und -Apfel samt Schale fein raspeln und mit Zitronensaft beträufeln. Datteln zusammen mit dem Öl pürieren und gemeinsam mit der Pflanzenmilch zum Geraspelten geben. Nun alle trockenen Zutaten verrühren und mit den feuchten Zutaten vermengen. Ihr solltet eine dickflüssig-zähe Masse erhalten. Bei Ober- und Unterhitze den den Kuchen nun für ca. 55 Minuten backen. Nach dem Abkühlen Kuvertüre schmelzen und über den Kuchen verteilen. Auf die noch geschmolzene Schokolade die getrockneten Früchte, Nüsse oder Blüten dekorativ verteilen.