

SCHOKOLADIGER KAROTTENKUCHEN

Zutaten

250 g Bio-Karotten
1 Bio-Apfel
110 g Apfeldicksaft oder Zuckerrübensirup
½ Bio-Zitrone
100 ml Rapsöl
125 ml Pflanzenmilch
pflanzliche Butter zum Einfetten
200 g gemahlene Haselnüsse
120 g Mehl (beliebig)
2 EL ungesüßtes Kakaopulver
½ Packung Backpulver
1 Prise Salz
Zimt und Kardamom nach Geschmack
Zartbitterkuvertüre, getrocknete Früchte, Nüsse,
oder essbare Blüten zum Verzieren

Zubereitung

- 1) Zuerst den Ofen auf 180 °C vorheizen und eine Kastenform mit etwas Pflanzenbutter einfetten.
- 2) Die Karotten und den Apfel samt Schale fein raspeln und mit Zitronensaft beträufeln.
- 3) Den Apfeldicksaft/Zuckerrübensirup zusammen mit dem Öl und der Pflanzenmilch zum Geraspelten geben.
- 4) Nun alle trockenen Zutaten miteinander vermengen und die feuchten Zutaten unterrühren. Ihr solltet dabei eine dickflüssig-zähe Masse erhalten.
- 5) Die Masse nun in die vorbereitete Kastenform füllen und bei Ober- und Unterhitze für circa 55 Minuten backen.
- 6) Wenn ihr den Kuchen verzieren mögt, nach dem Abkühlen des Kuchens die Kuvertüre schmelzen und darauf verteilen. Solange die Kuvertüre noch nicht fest ist, könnt ihr getrockneten Früchte, Nüsse oder Blüten dekorativ darauf verteilen.

