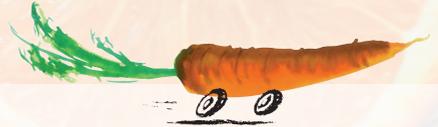




Orangen-Karottenkuchen

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (4 Portionen):

120g gemahlene Mandeln, 200g Dinkelmehl, 3 große Karotten
60g Kokosöl, 2 Orangen, 50ml Ahornsirup, 1 1/2 Päckchen Backpulver, Zimt, Vanille

Zubereitung:

1. Die Karotten fein raspeln oder mit einen Mixbehälter fein mixen. Den Saft einer Orange und den Abrieb einer Orangenschale zusammen mit den geraspelten Karotten mischen. Das Mehl mit den gemahlenden Mandeln und einer Prise Salz vermengen.
2. Eine Backform mit etwas Kokosöl fetten und den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
3. Die Mehlmischung mit den Karotten, Ahornsirup, Kokosöl, Backpulver, Zimt und Vanille mischen.
4. Den Teig in die Backform geben und 45 Minuten backen. Die Stäbchenprobe machen.
5. Den Kuchen gut auskühlen lassen, dann lässt er sich leichter schneiden.
6. Mit einer frischen Orange garnieren.

Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf
www.laiseacker.de.
Guten Appetit

