

VEGANER AVOCADO-SCHOKOKUCHEN

ZUTATEN

Trockene Zutaten

100 g Dinkelmehl
125 g Kokosblütenzucker
80 g Buchweizenmehl
50 g Vegane Schokolade mit Xylith
40 g Kakaopulver
1,5 TL Backpulver Weinstein
0,25 TL Natron
1/3 TL Salz

Feuchte Zutaten

2 Chia-Eier Bio
(2 EL gemahlene Chiasamen +
60 ml Wasser)
150 g Avocado
(Gewicht ohne Schale und
Kern)
120 ml Kokosmilch aus der
Dose
1 TL Vanille-Extrakt
0,25 TL Natron
1/3 TL Salz

Schokoladen-Ganache

100 g Nussmus nach Wahl
(Mandel, Cashew...)
100 g Vegane Schokolade mit
Xylith

ZUBEREITUNG

1. Für die Chia-Eier 2 EL gemahlene Chiasamen und 60 ml Wasser in einer kleinen Schüssel vermischen und zum Quellen beiseitestellen.

2. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen, den Boden einer 18 cm Springform mit Backpapier bespannen und die Innenseiten mit ein wenig Öl einfetten.

3. Alle trockene Zutaten in eine große Schüssel geben und vermischen.

4. Anschließend die feuchten Zutaten (Avocado, Kokosmilch, Espresso und Vanilleextrakt) in einer Küchenmaschine zu einem glatten Teig verarbeiten.

Die Chia-Eier hinzufügen und dreimal kurz „pulsieren“ (nicht zu lange mixen).

5. Nun die feuchten Zutaten in die Schüssel zu den trockenen Zutaten geben und mit einem Teigschaber unterheben und verrühren, bis alles gut vermischt ist (allerdings nicht zu lange rühren).

6. Den Kuchenteig in die Springform füllen und im Ofen etwa 35 Minuten backen. Nach Ablauf der Zeit mit einem Holzstab testen, ob der Kuchen schon durch ist. Wenn beim Herausziehen am Holz noch Teigreste kleben, muss der Kuchen noch im Ofen bleiben. Ist das Stäbchen sauber, ist der Kuchen fertig.

ZUBEREITUNG DER SCHOKOLADEN-GANACHE

Die Schokolade und das Nussmus in einer mittelgroßen Schüssel vermengen und über einen Topf mit heißem/kochendem Wasser stellen.

Unter gelegentlichem Rühren schmelzen lassen. Die Ganache über den Kuchen gießen und diesen etwa 30 min. im Kühlschrank abkühlen lassen.

In Stücke schneiden und genießen!