



Schokotorte ohne raffinierten Zucker

Zutaten für die Tortenböden

300 g Dinkelvollkornmehl

300 g Dattelsucker

50 g Kakaopulver

15 g Backpulver

1 Messerspitze(n) keltisches Meersalz

1 Messerspitze(n) gemahlene Vanille

130 g neutrales Öl z. B. Kokosöl

500 g Sprudelwasser

Zutaten für das Icing

150 g Dattel-Rohmasse

300 g Pflanzendrink

90 g Erdmandelcreme

60 g Kakaopulver

1 Messerspitze(n) keltisches Meersalz (optional)

Kochzeit: 1 h 30 min

Gesamtzeit: 1 h 30 min

Portionen: 1

1 Messerspitze(n) gemahlene Vanille (optional)

Zubereitung

1.

Heize den Backofen auf 180 °C Ober- / Unterhitze vor.

2.

Vermische für die Tortenböden in einer großen Schüssel Mehl, Dattelsucker, Kakaopulver, Backpulver, Vanille und Meersalz gut miteinander.

3.

Gib anschließend das Öl und Sprudelwasser dazu und verrühre es gerade solange bis kein Mehl mehr zu sehen ist.

4.

Verteile den Teig auf 2 kleine Backformen und backe die Tortenböden auf der mittleren Schiene für ca. 30 Minuten.

5.

Lasse die Böden in der Form auskühlen und löse sie anschließend vorsichtig aus der Form.

6.

Gib alle Zutaten für das Icing in einen Mixer und mixe alles bis eine cremige Masse entstanden ist. Das kann schon mal eine Minute

oder länger dauern.

7.

Lege den ersten Tortenboden vor dich hin und bestreiche ihn mit der Hälfte der Icing-Masse. Setze den zweiten Tortenboden vorsichtig darauf und verteile das restliche Icing obendrauf und an den Seiten, wo du es auch zu einer feinen Schicht verstreichen kannst.

Wenn du magst kann du deine Torte noch verzieren und dann:

Gönn dir ein Stück!