



Kürbis-Haferschnitten

Zutaten für den Boden

120 g Dattel-Rohmasse

50 g gekeimte Haferflocken

30 g gemahlene Haselnüsse

30 g getrocknete Cranberries

0.5 Teelöffel gemahlene Vanille

Zutaten für die Füllung

300 g Kürbispüree (Kürbis weich kochen & pürieren)

100 g Hafermehl (gekeimte Haferflocken zu Mehl mixen)

80 g Erdmandelcreme

20 g Kakaopulver

50 g Dattelsirup

1 Esslöffel flüssiges Kokosöl

0.5 Teelöffel Zimt

Etwas Erdmandelcreme & gehackte Haselnüsse als Topping

Kochzeit: 1 h

Gesamtzeit: 1 h

Portionen: 1

Zubereitung

1.

Lege eine quadratische Form mit Backpapier aus.

2.

Vermenge Dattel-Rohmasse, gekeimte Haferflocken, gemahlene Haselnüsse, getrocknete Cranberries & Vanille im Mixer zu einer klebrigen Masse.

3.

Gib die Masse in die vorbereitete Form & drücke sie gleichmäßig fest.

4.

Mahle die gekeimten Haferflocken für die Kürbisfüllung zu Mehl und mixe dieses Hafermehl mit Kürbispüree, Erdmandelcreme, Kakaopulver, Dattelsirup, Kokosöl & Zimt zu einer Creme.

5.

Verteile die Creme auf dem Boden & stelle die Form für 30 Minuten ins Gefrierfach. Bestreiche den Kürbis-Haselnuss-Kuchen anschließend mit Haselnusscreme & dekoriere ihn mit gehackten Haselnüssen.