



Karottenkuchen mit Erdmandeln

Zutaten für den Teig

250 g Karotten, fein gerieben

130 g Apfel, fein gerieben

1 Esslöffel Zitronensaft

50 g Sultaninen (optional)

200 g gemahlene Erdmandeln

125 g helles, glutenfreies Universalmehl

3 Teelöffel Backpulver

1 Prise(n) Salz

1 Teelöffel Zimt

125 ml Mandeldrink

100 ml Kokosöl, flüssig

Zutaten für die Glasur

7 Esslöffel Dattelsucker

0.5 Stück(e) Zitrone, Saft

Kochzeit: 1 h

Gesamtzeit: 1 h

Portionen: 1

Zubereitung

1.

Heize den Backofen auf 180 °C Ober- / Unterhitze vor und lege den Boden einer Springform (ca. 24 cm Durchmesser) mit Backpapier aus und fette den Formrand ein.

2.

Mische die geriebenen Karotten und den geriebenen Apfel zusammen mit 1 EL Zitronensaft und hebe, wenn du magst, die Sultaninen unter.

3.

Vermenge in einer zweiten Schüssel die gemahlenen Erdmandeln, das Mehl, das Backpulver und den Kokosblütenzucker mit Zimt und einer Prise Salz gründlich mit einem Schneebesen.

4.

Gib den Mandeldrink und das flüssige Kokosöl hinzu und rühre beides sorgfältig unter.

5.

Gib nun die geriebenen Karotten und den Apfel dazu und vermenge alle Zutaten zu einem leicht klebrigen Teig.

6.

Fülle den Teig in die vorbereitete Form und backe den Karottenkuchen im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene für ca. 45 – 50 Minuten. Lasse den Kuchen nach dem Backen vollständig auskühlen.

7.

Verrühre für die Glasur den Dattelsucker mit dem Zitronensaft, bis eine dickflüssige Glasur entsteht. Verteile die Glasur auf dem Kuchen und dekoriere ihn nach Belieben mit Erdmandelflocken.