

Schokoladenkuchen ohne Mehl

Zutaten

- 140g Zucchini
- 150g Karotten
- 4 Eier
- 2Tl Backpulver
- 25g Kokosblütenzucker (Weißer Zucker geht natürlich auch)
- 60g Honig
- 130g Schokolade
- 50g Butter
- 100g Avocado
- 65g Mandeln
- 65g Pekannüsse
- 65g Walnüsse

Hilfsmittel

Springform

Zubereitung

- 1) Den Backofen auf 150°C vorheizen. 140g Zucchini, 150g Karotten und 100g Avocado in einer Küchenmaschine zerkleinern. Ebenso jeweils 65g Mandeln, Pekannüsse und Walnüsse mahlen. 100g Schokolade mit 50g Butter über einem Wasserbad schmelzen.
- 2) Währenddessen 60g Honig und 25g Kokosblütenzucker in einer Schüssel solange rühren, bis eine einigermaßen homogene Masse entsteht. Man kann natürlich auch normalen Zucker nehmen, dann muss die Menge eventuell angepasst werden. Die vier Eier werden nun dazugegeben. Weiterrühren.
- 3) Jetzt solltest du eine einigermaßen cremige Masse haben. Das gemahlene Gemüse, 2 Teelöffel Backpulver und die Nüsse dazugeben und unterheben. Die Schokoladen-Butter-Mischung in die Schüssel zu den anderen Zutaten geben und ebenfalls unterheben.
- 4) Die Springform einfetten oder ein Backpapier zwischen Boden und Außenrand klemmen (so mache ich das immer, weil ich keine Lust auf einfetten habe) und den Teig in die Springform geben. Bei 150°C auf mittlere Schiene ca. 40-50 Minuten backen. Nach 40 Minuten mit einem Stab testen, ob er schon durch ist.