



R e z e p t

VEGANER NO-BAKE KARDAMOM- LIMETTEN »KÄSEKUCHEN« MIT BLAUBEEREN

VEGANER NO-BAKE KARDAMOM-LIMETTEN »KÄSEKUCHEN« MIT BLAUBEEREN

Kontributor: **LENKA SELINGER**

Zutaten

FÜR DEN BODEN

- 65 g Haferflocken
- 70 g Mandeln
- 2 EL Backkakao
- 10 Medjool Datteln
- 1 EL kaltgepresstes Kokosöl
- ¼ TL Salz

FÜR DIE FÜLLUNG

- 225 g Cashews, eingeweicht in Wasser für 2-8h
Saft und Schale einer Bio-Limette
- 80 g Ahornsirup
- 50 g kaltgepresstes Kokosöl (flüssig)
- 1 TL frisch gemahlener Kardamom
eine Prise Salz



KATEGORIE
Dessert



AUSGABE
sisterMAG52

Dieser Kuchen ist frisch, perfekt vorzubereiten und für fast jedes Publikum geeignet. Kardamom und Limette zusammen mit Blaubeeren sind eine überraschende und ziemlich unwiderstehliche Geschmackskombination und die cremig-frische Füllung kontrastiert angenehm mit dem schokoladig-nussigen Boden. Er ist natürlich gesüßt.

FÜR DEN BODEN

Ich habe eine rechteckige 10x34 cm Form benutzt, das entspricht einer runden Form mit einem Durchmesser von etwa 20 cm.

SCHRITT 1 Zuerst Hafer und Mandeln in eine Küchenmaschine mit Schlagmesser geben, bis sie gemahlen sind (kann ruhig grob sein).

SCHRITT 2 Nun den Rest der Zutaten hinzufügen und mahlen, bis sich dickere Klumpen bilden, die zusammenkleben wenn man sie zwischen die Finger nimmt.

SCHRITT 3 Den Teig auf den Boden und an den Rändern etwa 2cm hoch in die Form drücken (evtl. Finger mit Wasser anfeuchten sollte der Teig sehr klebrig sein) und im Kühlschrank kaltstellen.

ZUR DEKORATION

250 g Blaubeeren

Ein paar Blätter frische Minze
(optional)

FÜR DIE FÜLLUNG

SCHRITT 1 Alle Zutaten in einen Standmixer geben und mixen, bis sich eine cremige, homogene Masse ohne Stücke ergibt.

SCHRITT 2 Füllung auf den Boden geben, die Form mit beiden Händen zügig hin und her rütteln, sodass sich die Füllung glättet. Einmal mit der Form auf die Arbeitsfläche klopfen, damit eventuelle Luftbläschen aufsteigen und die Füllung bis in alle Ecken gelangt.

SCHRITT 3 Mindestens 2h kalt stellen. Kann auch perfekt eingefroren werden – dann eine halbe Stunde vor dem Verzehr bei Raumtemperatur auftauen.

VOR DEM VERZEHR

Mit Blaubeeren und Minze dekorieren (für die Fotos habe ich nur wenige Blaubeeren benutzt, ich würde aber zum Verzehr zu mehr raten, sie machen sich sehr gut in der Geschmackskombination!)