

Johannisbeer-Kokoskuchen

○ Leicht

Zutaten für 26 Personen

Zubereitungszeit:

Arbeitszeit: 20 Min.

Vorbereitungszeit: 15 Min.

Kochzeit: 65 Min.

180 g	Dinkelmehl
20 g	Bio-Kokosmehl
120 g	Bio-Kokosöl
80 g	Bio-Kokosblütenzucker
1	Ei
500 g	rote Johannisbeeren
4	Eiweiß
1 EL	Zitronensaft
1 EL	

1

Mehl in eine Schüssel geben, das im Wasserbad geschmolzene Kokosöl, Kokosblütenzucker und Ei dazugeben und alles mit den Händen rasch zu einem Teig verkneten.

2

Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

3

Den Springformboden einfetten und zwei Drittel des Teigs darauf ausrollen.

4

Teig mit einer Gabel einstechen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C (Ober- / Unterhitze) ca. 15 Minuten backen.

5

Boden auskühlen lassen.

6

Johannisbeeren waschen, von den Rispen streifen und in einem Sieb abtropfen lassen.

7

Eiweiß steif schlagen, dabei vorsichtig den Zitronensaft zugeben und die Beeren unterheben.

8

An den Springformboden den gefetteten Springformrand ansetzen und aus dem restlichen Teig einen 4 -5 Zentimeter hohen Rand formen. Diesen Rand gut an den Boden andrücken.

9

Nun die Beeren-Baiser-Masse einfüllen und glatt streichen.

10

Wer mag kann noch etwas Kokosblütenzucker darüber streuen und bei 180°C (Ober- / Unterhitze) ca. 50 Minuten backen. Den Kuchen während des Backens im Auge behalten, da er schnell bräunt.

11

Den Kuchen aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und mit Koksraspeln bestreuen.

Tipp:



bei Kuchen und Muffins können generell 10 – 15% der Mehlmenge durch Kokosmehl ersetzt werden (dann nur etwas mehr Flüssigkeit zugeben). Kokosmehl bringt eine natürliche Süße mit und ist super ballaststoffreich.