

Frühstückskuchen

Ein schneller Kastenkuchen mit Kokosblütenzucker und Ahornsirup.

etwa 15 Stück  gelingt leicht  bis 40 Minuten



Zutaten:

Für die Kastenform (25 x 11 cm):

Fett

Weizenmehl

All-in-Teig:

150 g Nusskernmischung

150 g Heidelbeeren (Blaubeeren)
oder TK-Heidelbeeren

etwa 300 g Äpfel

150 g Dinkelvollkornmehl

100 g Weizenmehl

3 gestr. TL Dr. Oetker Original
Backin

1 TL gemahlener Zimt

1 Pr. Salz

100 g weiche Butter oder
Margarine

2 Eier (Größe M)

50 g Dr. Oetker NATÜRLich

Kokosblütenzucker

50 ml Ahornsirup

1 Vorbereiten:

Nüsse hacken und 25 g beiseitestellen. Heidelbeeren verlesen, waschen und abtropfen lassen. 25 g Heidelbeeren ebenfalls beiseitestellen. Äpfel waschen, vierteln und entkernen. Apfelviertel grob reiben. Kastenform fetten und mehlen. Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze etwa 180 °C

Heißluft etwa 160 °C

2 All-in-Teig zubereiten:

Beide Mehlsorten mit Backin in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten, **bis auf die Heidelbeeren**, zufügen und alles mit einem Mixer (Rührstäbe) auf höchster Stufe etwa 2 Min. zu einem glatten Teig verrühren. Heidelbeeren unterheben. Teig in der Kastenform gleichmäßig verteilen. Übrige Heidelbeeren und gehackte Nüsse auf dem Teig verteilen. Form auf dem Rost in den Backofen schieben.

Einschub: unteres Drittel

Backzeit: etwa 60 Min.

Kuchen 10 Min. in der Form stehen lassen, dann aus der Form lösen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

Tipps aus der Versuchsküche

- Gut verpackt hält der Kuchen etwa 1 Woche.
- TK-Heidelbeeren gefroren unter den Teig heben bzw. auf der Teigoberfläche verteilen.
- Sehr lecker schmeckt der Frühstückskuchen mit Butter oder Quark und Marmelade.

