



WEIHNACHTLICHER FRÜCHTEKUCHEN (vegan)

Zutaten

(für ca. 20 Scheiben = 1 Kastenform 35 cm)

150 g Rohrzucker, fein gekörnt
 60 g Karamell Sirup
 60 g Agavendicksaft
 25 g Ei-Ersatzpulver
 250 ml Wasser mit Kohlensäure
 150 ml Albaöl (135 g)
 1 Prise Salz
 Mark ½ Vanilleschote
 1 TL abgeriebene Zitronenschale
 je 1 Prise Nelken, Muskatnuss, Zimt, Anis oder andere adventliche Gewürze
 4 EL Rum
 100 g Rosinen oder Korinthen
 300 g gemischte, klein geschnittene Trockenfrüchte, z. B. Zitronat, Datteln, Pflaumen, Birnen, Aprikosen
 100 g gehackte Haselnüsse oder Mandeln
 250 g Dinkelvollkornmehl
 250 g Weizenmehl
 1 Päckchen Weinstein Backpulver
 2 – 4 EL Sojamilch
 40 g gehackte Mandeln zum Bestreuen

Zubereitung

Rosinen mit Rum vermischen und etwa eine Stunde stehen lassen. Eine Kastenform mit etwas Albaöl einfetten und mit Mehl oder Semmelbrösel austreuen.

Das Ei-Ersatzpulver mit Sprudelwasser verrühren und mit Rohrzucker, Karamellsirup und Agavendicksaft vermischen. Alle Gewürze dazugeben. Das Albaöl langsam unter ständigem Rühren in den Teig einlaufen lassen. $\frac{2}{3}$ vom Mehl-Backpulver-Gemisch esslöffelweise unter die Masse rühren. Das restliche Mehl mit den getrockneten Früchten mischen und abwechselnd mit der Sojamilch und den Rumrosinen unter den Teig geben. Teig in die Form füllen, glatt streichen und mit den gehackten Mandeln bestreuen.

Backen: im vorgeheizten Backofen ca. 70 Minuten bei 170 °C Ober- und Unterhitze auf der zweiten Schiene von unten. Stechen Sie nach der angegebenen Zeit mit einem Holzstäbchen in den Kuchen. Wenn kein Teig mehr am Holzstäbchen klebt, ist der Kuchen fertig.

Tipp

In einer Vorratsdose kühl gestellt, hält sich der Kuchen recht lange frisch und schmeckt erst richtig gut, wenn er einige Tage durchgezogen ist.

Nährwertinformation für eine Scheibe:

305 kcal | 12 g Fett | 5 g Eiweiß | 47 g Kohlenhydrate | < 1 mg Cholesterin

Dieses Rezept ist: cholesterinarm | vegan

Albaöl® 