

Rezept

Avocado-Limetten-Tassenkuchen

Ein Rezept von Avocado-Limetten-Tassenkuchen, am 18.12.2025

Zutaten

½	kleine reife Avocado (ca. 50 g Fruchtfleisch)	2 EL	brauner Zucker
1	Eigelb (M)	2 EL	Limettensaft
1 Msp.	abgeriebene Bio-Limettenenschale	5 EL	Milch
5 EL	Mehl (ca. 40 g)	½ TL	Backpulver
grüne Zuckerstreusel (nach Belieben)			

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Becher (mind. 300 ml Inhalt) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

Zubereitung

1. Das Avocadofruchtfleisch aus der Schale heben. Mit dem Zucker in den Becher geben und mit einer Gabel fein zerdrücken. Eigelb, Limettensaft, -schale und Milch einrühren. Mehl in den Becher geben und das Backpulver daraufstreuen. Mehl und Backpulver leicht mischen, dann alles mit der Gabel zu einem glatten Teig verquirlen.
2. Den Becher in die Mikrowelle stellen und den Kuchen bei 600 Watt ca. 1 Min. 40 Sek. backen, bis die Oberfläche fest ist. Herausnehmen und nach Belieben mit Zuckerstreuseln dekorieren.