

Rezept

Buchweizenbruch mit Kaffee

Ein Rezept von Buchweizenbruch mit Kaffee, am 03.05.2024

Zutaten

30 g Kokosöl	95 g Ahornsirup
230 g Mandelblättchen	100 g Buchweizenmehl
60 g Buchweizenkörner (ersatzweise Buchweizenmehl)	30 g Hanfsamen
1 EL fein gemahlener Kaffee	1 TL Lebkuchengewürz (ersatzweise Ceylon-Zimtpulver)
	100 g vegane Zartbitter-Schokolade (85 % Kakaogehalt)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 40 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 80 kcal, 5 g F, 2 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 160° vorheizen, ein Backblech mit Backpapier belegen. Kokosöl und Ahornsirup in einem Topf bei kleiner Hitze schmelzen. Inzwischen Mandelblättchen, Buchweizenmehl und -körner, Hanfsamen, Lebkuchengewürz und Kaffee in einer großen Schüssel mischen.
2. Den Öl-Sirup-Mix zur Mandelmischung gießen und alles sorgfältig vermischen. Die Masse dann auf dem Backblech mit leicht angefeuchteten Händen zu einer knapp 1 cm dicken Platte (ca. 24 × 24 cm) flach drücken. Dabei darauf achten, dass eine sehr dichte und kompakte Platte entsteht.
3. Die Buchweizenplatte im Ofen (Mitte) 15-18 Min. backen. Herausnehmen und ca. 1 Std. auf dem Blech abkühlen lassen.
4. Die Schokolade hacken und in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad schmelzen. Die Buchweizenplatte mit dem Backpapier vorsichtig auf ein großes Küchenbrett ziehen. Die geschmolzene Schokolade darauf verstreichen, bis die Platte dünn überzogen ist. Ca. 8 Std. (am besten über Nacht) trocknen lassen. Danach mit einem scharfen Messer in 3-4 cm große, ungleichmäßige Stücke schneiden. Den Buchweizenbruch in einer Blechdose kühl aufbewahren.