

Rezept

Emmer-Kuchen

Ein Rezept von Emmer-Kuchen, am 14.12.2025

Zutaten

50 ml	Vollmilch	80 ml	Olivenöl
120 g	Zucker	10 g	Vanillezucker
1	Ei (L)	150 g	Emmer
1/2 TL	Anis	1/2 TL	gemahlener Fenchel oder Fencheltee
1 Prise	Zimt	20 g	Puderzucker
1 Prise	feines Meersalz	2 TL	Weinstein-Backpulver
100 g	griechischer Joghurt		Butter für die Form

Für den Guss

50 g	Puderzucker	1 EL	Sirup (z.B. Rosensirup) oder heißes Wasser
-------------	-------------	-------------	--

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Kuchen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min

Zubereitung

1. Für den Kuchen Milch, Olivenöl, Zucker, Vanillezucker und Ei zu einer schaumigen Masse verrühren
2. In einer zweiten Schüssel fein gemahlenen Emmer mit Anis, Fenchel, Zimt, Puderzucker, Meersalz und Weinstein-Backpulver gut vermengen. Mischung langsam mit einem Schneebesen mit dem Milch-Olivenöl-Mix zusammenrühren und Joghurt löffelweise untermengen bis ein glatter Teig entsteht.
3. Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen, eine Backform mit Butter einfetten und Teig einfüllen. Kuchen ca. 25-30 Minuten backen und ca. 10 Minuten abkühlen lassen.
4. Für den Guss Puderzucker mit etwas Wasser glatt rühren und Kuchen damit glasieren.