

## Rezept

# Gewürz-Kürbiskuchen

Ein Rezept von Gewürz-Kürbiskuchen, am 14.12.2025

## Zutaten

<b>250 g</b>	Dinkelmehl (Type 630)	<b>250 g</b>	Weizenvollkornmehl
<b>1 TL</b>	Zimtpulver	<b>1 1/2 TL</b>	Lebkuchengewürz
<b>1/3 TL</b>	Salz	<b>1 Pck.</b>	Backpulver
<b>225 ml</b>	Mandelmilch	<b>1 EL</b>	Obstessig
<b>120 ml</b>	Sonnenblumenöl	<b>200 g</b>	(Demerara-) Rohrohrzucker
<b>40 g</b>	Leinsamenmehl	<b>350 g</b>	Kürbispüree (siehe Tipp unten)

### Außerdem:

Öl für die Form

Semmelbrösel für die Form

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Kastenform (30 cm Länge, ca. 16 Scheiben) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min  
Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal, 13 g F, 5 g EW, 35 g KH

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Form mit Öl einpinseln und mit Semmelbröseln ausstreuen. Beide Mehlsorten, Zimt, Lebkuchengewürz, Salz und Backpulver vermischen. Die Mandelmilch mit dem Obstessig verrühren.
2. Das Sonnenblumenöl in eine Rührschüssel geben und mit den Schneebesen des Handrührgeräts (oder in der Küchenmaschine) aufschlagen, dabei nach und nach den Rohrzucker dazugeben. Ein Drittel der Mandelmilch und das Leinsamenmehl dazugeben und 3-4 Min.iterrühren, bis eine luftige Masse entstanden ist. Dann nach und nach die Mehlmischung abwechselnd mit der übrigen Mandelmilchiterrühren. Zuletzt noch das Kürbispüreeiterrühren. Den Teig zügig in die Form füllen und glatt streichen.
3. Den Kürbiskuchen im Ofen (Mitte) 40-60 Min. backen, dabei am Ende die Stäbchenprobe machen: Wenn an einem tief in den Kuchen gestochenen Holzstäbchen (z. B. Zahnstocher) kein feuchter Teig mehr kleben bleibt, ist der Kuchen gar.
4. Die Form aus dem Ofen nehmen und den Kuchen auf einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen, dann aus der Form stürzen und auskühlen lassen. Der Kürbiskuchen schmeckt nicht nur pur, sondern auch als »Frühstückskuchen« mit Butter, Honig oder Nussmus bestrichen oder mit etwas Ahornsirup beträufelt.