

Rezept

Gewürz-Kürbiskuchen

Ein Rezept von Gewürz-Kürbiskuchen, am 14.12.2025

Zutaten

250 g Dinkelmehl (Type 630)

1 TL Zimtpulver

1/3 TL Salz

225 ml Mandelmilch

120 ml Sonnenblumenöl

40 g Leinsamenmehl

250 g Weizenvollkornmehl

1 1/2 TL Lebkuchengewürz

1 Pck. Backpulver

1 EL Obstessig

200 g (Demerara-) Rohrohrzucker

350 g 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. weiterrühren, bis eine luftige Masse entstanden ist. Dann nach und nach die Mehlmischung abwechselnd mit der übrigen Mandelmilch unterrühren. Zuletzt noch das Kürbispüree unterrühren. 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.