

Rezept

## Grüner Kürbiskuchen

Ein Rezept von Grüner Kürbiskuchen, am 28.06.2026

### Zutaten

<b>200 g</b> Kürbisfruchtfleisch (ohne Schale gewogen)	<b>100 g</b> Kürbiskerne
<b>100 g</b> gemahlene Haselnüsse	<b>150 g</b> Vollkornmehl
<b>1 Päckchen</b> Backpulver	<b>150 g</b> Butter
<b>100 g</b> Rohrzucker	Salz
<b>3</b> Eier (M)	<b>2 EL</b> Kürbiskernöl
Fett für die Form	Mehl für die Form
Puderzucker zum Bestäuben	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Kastenform (28 cm, 14 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal, 20 g F, 5 g EW, 16 g KH

### Zubereitung

1. Das Kürbisfruchtfleisch grob raspeln. Die Kürbiskerne fein mahlen, mit gemahlene Haselnüssen, Mehl und Backpulver mischen. Die Kürbisraspel untermischen. Butter und Zucker mit 1 Prise Salz cremig rühren, dann die Eier einzeln unterrühren.
2. Inzwischen den Backofen auf 180° vorheizen. Die Kastenform einfetten und mit Mehl ausstäuben. Kürbiskernöl unter die Eiermasse rühren. Die Mehlmischung dazugeben und zügig unterrühren.
3. Den Teig in die Kastenform füllen und im Backofen (Mitte) 45 - 50 Min. backen. Den Kuchen herausnehmen, auskühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.