

Rezept

Möhrenkuchen in der Tasse

Ein Rezept von Möhrenkuchen in der Tasse, am 28.06.2026

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 1 Stück Möhre (ca. 50 g) | 2 EL Rapsöl |
| 1 Ei (M) | 2 EL Apfeldicksaft (ersatzweise 1 EL flüssiger Honig) |
| 5 EL gemahlene Mandeln (ca. 25 g) | ½ TL Backpulver |
| 1 EL gehackte Mandeln | |
| FÜR DAS TOPPING: | |
| 2 EL Doppelrahmfrischkäse (ca. 30 g) | 1 EL Puderzucker |
| 1 Marzipan- oder Fondantmöhre | 2 TL gehackte Pistazien |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Becher (mind. 300 ml Inhalt) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 675 kcal

Zubereitung

1. Die Möhre dünn schälen, fein raspeln und 4 EL abmessen. Die Möhrenraspel in den Becher geben und in der Mikrowelle bei 600 Watt ca. 30 Sek. garen.
2. Öl, Ei und Apfeldicksaft zu den Möhren geben und alles mit einer Gabel oder einem Mini-Schneebeesen gründlich verrühren. Die gemahlene Mandeln in den Becher geben und das Backpulver daraufstreuen. Zuerst das Backpulver mit den Mandeln vermischen, dann alles sorgfältig zu einem glatten Teig verquirlen. Zuletzt die gehackten Mandeln unterrühren.
3. Den Becher in die Mikrowelle stellen und den Kuchen bei 600 Watt ca. 1 Min. 20 Sek. backen, bis die Oberfläche fest ist. Herausnehmen und kurz abkühlen lassen.
4. Für das Topping Frischkäse und Puderzucker glatt rühren. Die Creme auf den Kuchen häufen, die Marzipanmöhre darauflegen und mit den gehackten Pistazien bestreuen. Den Cake am besten wenige Minuten nach dem Backen oder noch warm genießen.