Rezept

Veganer Buchweizenkuchen

Ein Rezept von Veganer Buchweizenkuchen, am 11.06.2025

Zutaten

250 ml	Mandeldrink
100 g	Buchweizengrütze
1 EL	Zitronensaft
	Zimtpulver
200 g	gemahlene Mandeln
	milchfreie Margarine und Buchweizengrütze für die Form
50 g	milchfreie Margarine
1	Bananen
80 g	Zucker
	Lebkuchengewürz
	Eiklarersatz für 3 Eiklar (z. B. von Loporofi n)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Springform mit 28 cm Ø (ca. 12 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

Zubereitung

1. Den Mandeldrink und die Margarine in einem Topf erhitzen. Wenn der Drink kocht, die Buchweizengrütze kräftig unterrühren und diese ca. 20 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt quellen lassen. Dabei gelegentlich umrühren.

2. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Banane in einer Schüssel mit einer Gabel fein zermusen und rasch mit dem Zitronensaft mischen, damit sie nicht braun wird.

3. Den Zucker, je 1 Msp. Zimt und Lebkuchengewürz sowie die Mandeln mit den Quirlen des Handrührgerätes unter das Bananenmus heben. Den Eiklarersatz nach Herstelleranweisung zubereiten und vorsichtig unter den nicht mehr zu heißen Buchweizenbrei heben, dann das Bananenmus unterrühren.

4. Die Form fetten, mit Buchweizengrütze ausstreuen und den Teig einfüllen. Anschließend den Kuchen im heißen Ofen (2. Schiene von unten) in ca. 45 Min. goldbraun backen.