

Zum Valentinstag...

Apfel-Brombeer-Kuchen mit einem Hauch Kokos

Zubereitungszeit:

ca. 20 Minuten Arbeitszeit + ca. 45 Minuten Backzeit

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten:

- 350 g Äpfel (am besten austesten, welche Apfelsorten man verträgt)
- 250 g verträgliches Mehl, z. B. Dinkelmehl
- 50 g Kokosmehl
- 3 TL Backpulver
- 1 TL Zimt, alternativ: Kardamom
- 150 g Rohrzucker (kann auch anteilig durch Ahornsirup oder Honig ersetzt werden)
- 1 Ei(gelb)
- 200 g Frischkäse
- 200 g Brombeeren
- etwas Fett/Butter und Kokosflocken für die Form

Zubereitung:

Die Äpfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und die Äpfel würfeln. In einem Topf mit Wasser etwa 10 Minuten köcheln.

Mehl mit Backpulver, Zimt und Zucker vermischen. Ei(gelb) und Frischkäse verrühren, die Äpfel unterheben und zum Mehlgemisch geben. Zu einem glatten Teig verarbeiten.

Die Brombeeren waschen und verlesen und unter den Teig heben.

Ofen auf 170 Grad Umluft vorheizen. Eine Kastenform einfetten und mit Kokosflocken ausstreuen. Den Teig hineingeben und etwa 45 Minuten backen (Messerprobe).

(So ähnlich entdeckt auf [chefkoch.de](https://www.chefkoch.de))

Guten Appetit!

(c) Histamin-Pirat