



## Rezept Low Carb Schoko-Kirsch-Kuchen



Schwierigkeit: Leicht | Zeit: 15 Min. Vorbereitung / Backzeit 30-40 Min.

### Zutaten

- 2 Eier
- 250 g Quark
- 2-3 EL Butter oder Kokosöl (beides flüssig machen)
- 100 g Mandelmehl / Kokosmehl / Teffmehl oder gemischt
- 50 g geriebene Mandeln, Nüsse, Kokosflocken oder gemischt
- 3-4 EL Kakaopulver (kann auch Schokoeiweißpulver sein – das nehme ich gerne – Doppelnutzen!)
- 1 TL Backpulver
- 3-5 TL Kokosblütenzucker / Kokosblütensirup/ Dattelsirup o.ä.
- 1 Handvoll Schokodrops zum Bestreuen
- 1-2 reife Bananen
- 300 g TK Kirschen oder aus dem Glas
- Puderzucker optional zum bestreuen – kann def. auch weggelassen werden
- 1 TL Zimt
- Vanillepulver / Vanillemark / Vanille Sirup nach Geschmack
- Springform mit 26 cm Durchmesser oder eckige Form / Kuchenrahmen



## Zubereitung

1. Die Eier gut schlagen
2. mit der Süße / Sirup etc. Banane und Quark verquirlen.
3. Flüssiges Kokosöl oder Butter zufügen und ebenfalls gut verquirlen
4. Dann die trockenen Zutaten, Mehl, geriebene Nüsse etc. mit Backpulver sowie Kakaopulver und restliche trockene Zutaten und Geschmacksvarianten vermengen.
5. Das Mehlgemisch zu den nassen Zutaten geben und alles miteinander verrühren, bis ein homogener Teig entsteht.
6. Nun die Schokodrops unterheben.
7. Die Springform einfetten und den Teig darin gleichmäßig verteilen.
8. Kirschen vorsichtig darüber verteilen und leicht eindrücken.
9. Den Schoko-Kirsch-Kuchen in den vorgeheizten Backofen bei 170°-180° Umluft etwa 30-40 Minuten backen. Sollten die Kirschen nach der Hälfte der Zeit zu schnell dunkel werden, einfach mit Alufolie abdecken.
10. Optional eignet sich der Teig auch für kleine Muffin-Formen ca. 10-12 Stück
11. Optional können die Kirschen schon direkt am Schluss in den Teig untergehoben statt nur obendrauf gelegt werden.

Sehr leckerer Süß-Kuchen, Kinder und auch wir Erwachsene lieben ihn!

Guten Appetit! 😊