



Rezept verantwortungsvolles Weihnachtsbrot



Quelle: Bonusan

Zutaten für 1 Laib

- Kuchenform Ø16 cm
- Küchenmaschine oder Mixer
- 250 Gramm Süßkartoffel (die orangene Sorte)
- 3 Eier
- 150 Gramm Mandelmehl
- 75 Gramm Kokosmehl
- 2 Teelöffel Backpulver
- Prise feines Meersalz
- 2 TL gemahlener Kardamom
- 2 TL Zimt
- Schale von 1 Orange
- Trockenfrüchte: 3 Feigen und 3 Datteln in kleinen Stücken
- 50 Gramm 85 % Zartbitterschokolade in Stücken
- 1 gehäufte EL heller Leinsamen (gemahlen)

Zubereitung

1. Die Süßkartoffeln schälen, in etwa 2 cm große Würfel schneiden und 15 Minuten kochen. Dann gut abtropfen und abkühlen lassen.
2. Währenddessen den Backofen auf 180 Grad vorheizen.
3. Die Orange reiben und den Saft auspressen. Beides in einer separaten Schüssel sammeln.
4. Die abgekühlte Süßkartoffel zusammen mit den Eiern und dem Orangensaft in die Küchenmaschine oder den Mixer geben. Zu einer glatten Mischung mahlen.

./.



5. In einer anderen Schüssel die trockenen Zutaten (Mandelmehl, Kokosmehl, Backpulver, Meersalz, Kardamom, Zimt, gemahlene Leinsamen und Orangenschale) vermischen.
6. Geben Sie nun alle trockenen Zutaten in die Küchenmaschine. Lassen Sie die Maschine laufen, bis alles gut vermischt ist.
7. Die dunkle Schokolade, Feigen und Datteln in kleine Stücke schneiden und selbst unter die Masse rühren.
8. Die Kuchenform mit Backpapier auslegen. Den Teig in die Kuchenform geben, in die Mitte des Ofens stellen und ca. 50 Minuten backen. Überprüfen Sie nach der Backzeit mit einem Spieß, ob der Kuchen gar ist (er sollte sauber herauskommen). Verlängern Sie die Backzeit bei Bedarf um 5 Minuten. Lassen Sie den Kuchen gut abkühlen.

Guten Appetit!