

Möhren – Karotten

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom
www.chefkoch.de

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener
Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren
konnte.

Bitte um Verständnis.

Fleisch + Fisch ist alles separat zusammen gefasst
hier nur Vegetarisch

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Sonntag, 18. September 2005

Index

Backwaren diverses	3
Backwaren Kuchen	4
Backwaren Muffeins	36
Backwaren Pikante	60
Backwaren Torten	41

Inhaltsverzeichnis

Möhren – Karotten	1
Index	1
Inhaltsverzeichnis	1
Backwaren diverses	3
Möhrenbrezeln	3
Backwaren Kuchen	4
Amerikanischer Möhrenkuchen mit 3 Ei M	4
Apfel Möhrenkuchen 4 Ei M	6
Apfelkuchen mit Möhren 4 Ei	6

Carrot Cake 3 Ei M.....	7
Kabutarkhän Möhren Kuchen.....	9
Karotten Nuss Kuchen 4 Ei.....	11
Karotten-/Möhrenkuchen mit Honig 4 Ei	11
Karotten-Kuchen 4 Ei	12
Karottenkuchen 3 Ei.....	13
Karottenkuchen 5 Ei.....	13
Kartoffelkuchen/ Backlinge/Bratlinge M	14
Kuchen Mahabad 2 Ei M	15
Kürbis Möhren Kuchen 1 Ei M.....	16
Mini Möhren Bananen Gugelhupf 3 Ei.....	17
Mini Rüblikuchen 4 Ei.....	18
Möhren Blechkuchen 6 Ei.....	18
Möhren Gugelhupf 4 Ei.....	19
Möhren Kuchen Kabutarkhän.....	20
Möhren Marzipan Kuchen 5 Ei.....	21
Möhren Rührkuchen 3 Ei.....	22
Möhren Tassenkuchen 2 Ei.....	23
Möhrenkuchen 3 Ei.....	24
Möhrenkuchen 4 Ei.....	25
Möhrenkuchen oder - Muffins 5 Ei.....	25
Möhrenkuchen ohne Fett 4 Ei.....	26
Nuss Möhrenkuchen 7 Ei M	27
Rübli - Kuchen 8 Ei.....	28
Rübli Gugelhupf 7 Ei.....	29
Rüblikuchen vom Blech 6 Ei	29
Rüblikuchen 4 Ei	30
Saftiger Möhrenkuchen 8 Ei M.....	31
Saftiger Möhrenkuchen mit Apfel und Kokos 3 Ei M	32
Saftiger Möhrenkuchen mit Äpfeln 4 Ei.....	33
Schoko Möhrenkuchen 8 Ei M.....	33
Schwedischer Möhrenkuchen 4 Ei	34
Weltbesten Möhrenkuchen mit Frischkäseguss 3 Ei M	35
Backwaren Muffeins.....	36
Halloweenmuffins 4 Ei M.....	36
Meister Lampes Muffins 1 Ei M.....	37
Mohn Muffins Bazman.....	38
Möhren Muffins 3 Ei	39
Möhren Nuss Muffins 2 Ei.....	39
Möhrenkuchen oder - Muffins 5 Ei.....	40
Saftige Möhren Muffins 4 Ei M.....	40
Backwaren Torten.....	41
Aargauer Rübli torte 5 Ei.....	41
Aargauer Rübli torte 6 Ei.....	42
Apfel Möhrentorte 4 Ei	43
Karottentorte 5 Ei + 2 Eiweiß.....	43
Möhren Sahnetorte 6 Ei M.....	44
Möhrentorte 7 Eigelb + 5 Eiweiß.....	45

Möhrentorte Felix 4 Ei	46
Möhrentorte I 4 Ei	47
Möhrentorte II 4 Ei M	47
Möhrentorte mit Kokosraspeln und Zimt 6 Ei	49
Rübli Torte 5 Ei	49
Rübli Torte 5 Ei M	50
Rübli Torte 6 Ei M	51
Rüblitorte 3 Eigelb + 8 Eiweiß	51
Rüblitorte 5 Ei + Eiweiß	53
Rüblitorte 8 Ei	54
Rüblitorte 8 Eiweiß + 7 Eigelb	55
Rüblitorte Möhren 6 Ei	55
Rüblitorte Saftige (ohne Zuckerzusatz) 7 Ei M	56
Saftige Möhrentorte 6 Ei	58
Saftige Möhrentorte mit Zuckerguss 5 Ei	58
Schoko Möhrentorte 4 Ei M	59
Backwaren Pikante	60
Amarantpuffer 1 Ei	60
Bester Veggie Burger	61
Buchweizenschnitten 4 Ei M	61
Feine Möhren Quiche 4 Ei M	62
Frühlings Quiche 3 Ei M	63
Gemüse Kuchen 5 Ei M	64
Karotten und Orangen Kishka	65
Möhren Quiche 4 Ei M	65
Möhren Thymian Quiche 5 Ei M	66
Robat Waffeln + Gemüse Kuchen 3 Ei	67
Hinweis M	68
Hinweis für Word	68

Backwaren diverses

Möhrenbrezeln

gesund & lecker

Zutaten für 8 Portionen

½ Würfel Hefe, frisch

125 ml Wasser

1 Prise Zucker

100 g Möhre(n)

250 g Mehl (Weizenvollkornmehl)

½ TL Jodsalz

1 EI Öl (Sonnenblumenöl)

Mehl, zum Kneten und Formen

Zubereitung

Die Hefe zerbröckeln, unter Rühren in dem Wasser auflösen. Den Zucker dazugeben und zugedeckt an einem warmen Ort etwa 10 Min. gehen lassen, bis sich Blasen bilden. Inzwischen die Möhren waschen, putzen, schälen, anschließend sehr fein raspeln. Das Mehl mit dem Salz in einer Rührschüssel mischen. Den Vorteig, die geraspelten Möhren und das Öl dazugeben und alles etwa 5 Min. verkneten. Der Teig soll geschmeidig sein und sich vom Schüsselrand lösen. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort etwa 40 Min. gehen lassen, dann nochmals kräftig durchkneten. Sollte er kleben, noch etwas Mehl einarbeiten.

Den Teig in 8 gleich große, etwa 55 g schwere Stücke teilen, diese auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu etwa 45 cm langen Teigsträngen formen, die an den Enden dünner werden. Die Stränge dann zu Brezeln formen, dabei die Enden leicht andrücken. Den Backofen auf 200 °C vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Brezeln darauf legen und zugedeckt etwa 15 Min. gehen lassen. Die Brezeln im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 15 Min. backen und anschließend auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Tipp:

Diese Brezeln können bereits am Vortag zubereitet und bei Bedarf auf dem Toaster oder im Ofen kurz aufgebacken werden. Sie lassen sich auch gut einfrieren (Auftauzeit ca. 30 Min.).

Schwierigkeitsgrad: normal

Brennwert p. P.: 120

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

28.08.02 Dragonfly-Lady

Backwaren Kuchen

Amerikanischer Möhrenkuchen mit 3 Ei M

Ananas und Walnüssen

Zutaten für Portionen

1.5 Tasse/n Öl (oder zur Hälfte Milch verwenden)

2 Tasse/n Möhre(n), gerieben (von 3 mittleren)

1 Tasse/n Ananas, (aus der Dose, klein geschnitten)

2 Tasse/n Zucker

2 Tasse/n Mehl

2 TL Backpulver
½ TL Salz
2 TL Zimt
½ Tasse/n Walnüsse, gehackt

320 g Doppelrahmfrischkäse

½ Tasse/n Butter, weich
3.5 Tasse/n Puderzucker
1 TL Vanilleschote(n), das Mark
Nüsse

3 Ei

Für die Dekoration: Marzipanmöhren, Ostereier etc.

Zubereitung

Öl, Möhren, Ananas und Eier vermengen.

In einer anderen Schüssel Zucker, gesiebttes Mehl, Backpulver, Salz, Zimt und gehackte Nüsse mischen. Gut mit der Möhrenmischung verrühren. In eine gut gefettete mittelgroße Kasten- oder Springform von 22 cm Durchmesser geben, bei 180 - 200 Grad ca. 45 min backen.

Für den Guss alle Zutaten miteinander verrühren. Kuchen einmal durchschneiden, mit Masse füllen und bestreichen, mit Nüssen und nach Belieben Marzipanmöhren oder kleinen Ostereiern dekorieren.

Tipp 1: Zum Abmessen eine Tasse mit 250 ml Fassungsvermögen verwenden.

Tipp 2: Etwas leichter wird der Teig, wenn man das Öl zur Hälfte durch Milch ersetzt.

Tipp 3: Auch ohne den üppigen Guss schmeckt dieser Kuchen ausgezeichnet - statt dessen einfach mit Puderzucker besieben und etwas Schlagsahne dazu reichen!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

01.10.03 angie17

Noch zwei Hinweise:

Die Ananasstücke gut abtropfen lassen, ggf. abtupfen, damit der Kuchen nicht zu feucht wird!

Die 22 cm Form fand ich für den Teig zu knapp bemessen - ich würde lieber eine 24 oder 26 cm Springform nehmen! 01.10.2003 11:39

Wer keine Ananas mag, könnte statt dessen auch kleine Apfelwürfel unter den Teig mischen. Ingwerfans könnten auch mal mit etwas gemahlenem Ingwer würzen.

LG Angie

Apfel Möhrenkuchen 4 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

100 g Mandeln, gehackte
250 g Möhre(n), grob raffeln
250 g Äpfel, grob raffeln
100 g Butter
120 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
1 Prise Salz

3 EL Schlagsahne

4 Eigelb

200 g Mehl
50 g Speisestärke
1 Pck. Backpulver

4 Eiweiß

100 g Aprikosenkonfitüre
50 g Mandeln (Blättchen)

Zubereitung

Butter mit Zucker, Vanillezucker, Salz, Sahne und Eigelb schaumig rühren. Das Mehl mit Backpulver u. Speisestärke mischen und abwechselnd mit der Möhren-Apfelmischung und den gehackten Mandeln untermengen. Die Eiweiße zu steifen Schnee schlagen und unter den Teig heben. Den Teig in eine gefettete bemehlte Springform geben, im vorgeheizten Backrohr 175° Grad ca. 50-60 Min. backen. Erkalte mit Aprikosenkonfitüre bestreichen und mit Mandelblättchen bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
: 15.01.04 genovefa56

Apfelkuchen mit Möhren 4 Ei

super saftig

Zutaten für 12 Portionen
200 g Möhre(n)
600 g Äpfel, säuerliche
3 Ei Zitronensaft

4 m.-große Ei

100 g Butter
100 g Zucker
100 g Maismehl
125 g Mandeln, geschälte gemahlene
½ TL Backpulver
50 g Aprikosenkonfitüre
Fett, für die Form
Puderzucker, zum Bestäuben

Zubereitung

Möhren putzen, schälen und fein reiben. Äpfel schälen, 100 g fein reiben und mit den Möhren vermengen. Übrige Äpfel entkernen und in Spalten teilen, sofort mit Zitronensaft beträufeln.

Elektro-Ofen auf 175 Grad vorheizen. Eier trennen. Eigelbe mit Butter und 50g Zucker schaumig rühren. Die Eiweiße steif schlagen, dabei den übrigen Zucker unterrühren. Maismehl, Mandeln und Backpulver unter die Butter-Zucker-Masse rühren. Danach die Apfel-Möhren- Mischung unterheben. Anschließend den Eischnee vorsichtig unterheben.

Die Teig-Masse in eine gefettete Springform (26 cm Durchmesser) gießen, glatt streichen. Teig mit Apfelspalten rosettenförmig belegen und im Backofen bei 175 Grad etwa 45 Minuten backen.

Marmelade erwärmen, auf den noch warmen Kuchen streichen, abkühlen lassen. Kuchen aus der Form nehmen und kurz vor dem servieren mit Puderzucker bestäuben.

Brennwert p. P.: 260

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

27.07.04 Beatrice29

Carrot Cake 3 Ei M

Möhrenkuchen mit Bananen auf Südafrikanische Art

Zutaten für 1 Portionen

1 Tasse/n Zucker

3 Ei

2 TL Zimt

1 Tasse/n Banane(n), zerdrückte (ungefähr 3 kleine)

½ Tasse/n Nüsse, gehackte (Mandeln, Pecans, oder Walnuesse)

1 Tasse/n Öl (Sonnenblumenöl)

1.5 Tasse/n Mehl

1 TL Natron

1 TL Backpulver

1 Tasse/n Möhre(n), fein geraspelte

Für den Guss:

½ Tasse/n Butter, weiche

100 g Quark (Magerquark)

1.5 Tasse/n Puderzucker

1 TL Buttervanille-Aroma

Zubereitung

Wenn man keine 'cup measures' hat und umrechnen muss ist 1 Tasse = 250ml.

Öl, Zucker und Eier schaumig rühren. Mehl, Backpulver und Natron zusammen sieben und unterrühren.

Bananen mit der Gabel zerdrücken, Möhren raspeln und zusammen mit den Nüssen unter den Teig heben. Bei 180 Grad in einer gut gefetteten 26cm (28 geht auch) Springform (Ringeinsatz) für eine Stunde backen. Wenn der Kuchen kalt ist vorsichtig quer durchschneiden.

Für den Guss, Butter und Zucker verrühren bis keine Klümpchen mehr drin sind. Quark mit Aroma vermischen. Die Buttermischung in den Quark rühren, bis alles glatt ist. Ungefähr ein Drittel auf die untere Hälfte des Kuchens streichen. Die obere Kuchenhälfte drauflegen und mit dem Rest Guss bestreichen. Mit halben Walnüssen oder Pecans verzieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

13.05.05 HeikeA

Hallo HeikeA

Habe den Kuchen fertig, gebacken, nur hatte ich Probleme, weiß einfach nicht was ich mit dem übrig gebliebenen Zimt anfangen soll, der zwar in der Zutatenliste erscheint, aber in der Zubereitung....

na schön , wurde wieder zurück getan.

musste einige Änderungen vornehmen, habe Buchweizen gem, sowie Rapsöl , Weinsteinbackpulver + eine Prise Salz + Vollrohrzucker genommen, Buttervanille Aroma, wurde ersetzt durch Vanillepulver, somit ist es auch Glutenfrei.

Ist mir persönlich zu süß , eine halbe Tasse würde auch reichen, es kann aber auch sein , das der Vollrohrzucker mehr süßt .

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Hallo Zusammen

dieser hier ist so nach dem Vorbild eines Ruebli Kuchen entstanden

Länger als die angegebene Zeit zum backen, ist nicht nötig,
es sei denn jemand mag es außen rum knusprig,
auch wenn bei der Nadelprobe, es noch ein wenig schmieren sollte,
habt den Mut, nicht länger backen.
Er ist saftig/ feucht , aber nicht klitsch

Es ist jedenfalls von Vorteil ihn ganz auskühlen lassen, bevor Mann/Frau
mit einem Sägemesser, ihn zu Leibe geht.

Die Zuckermenge sollte jeder nach seinen Geschmack nehmen
200- 250 g , richtet sich auch ein wenig nach der Möhrensorte

Kabutarkhän Möhren Kuchen

Glutenfrei / Milchfrei / Eifrei

200 g süße Mandeln +
20 bittere Mandeln zusammen rösten +
300 g Buchweizenkörner +
150 g NT-Reis (Mittelkorn) +
50 g Amaranthkörner zusammen mahlen

220 g Vollrohrzucker
1 Prise Salz
1 TI Bourbon Vanille Pulver ODER
3 Tüten Bourbon Vanille Zucker
2 Tüten a 17 g Weinsteinbackpulver

30 g Ingwer +
300 g Möhren , fein geraspelt (Küchemaschine)+

1 abgeriebene Zitronenschale

700 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

1 a 30 cm Königskuchenbackform + dafür
Backpapier , auch für Teflon beschichtete .

Alle Zutaten vermischen, erst dann das Wasser unterrühren,
alles in die mit Backpapier ausgelegte Backform gießen.

In den kalten Backofen, bei 160°C Umluft , 110 min backen.

Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca 180° -190°C, + ca 70 - 80 min backen.

Bitte ein paar min in der Form lassen, dann vorsichtig raus gleiten lassen, + ca 30 min mit Backpapier ruhen, sich verfestigen lassen. Dann, oder auch erst wenn erkaltet ist, entfernen.

Bitte diesen Kuchen erst anschneiden, wenn er ganz erkaltet ist.

Hinweis:

Nehme gerne Amaranth, nicht nur der vielen Nährstoffe wegen, sondern es macht bei reinen Buchweizenteig , das ganze nicht so trocken.

Hinweis :

§ Kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Gibt beim Rühren Kohlensäure frei, wodurch ein spontaner Gärprozess in Gang gesetzt wird: das Mehl verbindet sich schnell + intensiv mit dem Wasser, die Kohlensäure wird eingeschlossen + hebt beim backen den Teig in die Höhe.

Eigenes Rezept Hans60, Mittwoch, 23. März 2005

Es sind immer 15 Scheiben geworden, .

Zum anschneiden , hat sich das Tomatensägemesser als am besten herausgestellt, ich kann „sägen"/ schneiden, nicht drücken, der ist eben mit Vorsicht zu behandeln, damit es nicht zerbröckelt, was ja bei noch sehr warmen Kuchen leicht passieren kann.

Wobei gerade Backwaren mit Reis , sich erst festigen, wenn sie kalt sind. Aber Reis saugt auch viel Flüssigkeit auf, was gerade bei Glutenfrei, viel mehr vorhanden ist, als bei „normalen" Mehl

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Karotten Nuss Kuchen 4 Ei

Zutaten für 20 Portionen
300 g Karotte(n)

4 Ei

120 g Zucker
1 TL Vanillezucker
70 g Nüsse, gemahlen
2 TL Backpulver
200 g Mehl
½ TL Zimt

Zubereitung

Karotten fein raspeln. Eier trennen und Eigelb mit Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Karotten und Haselnüsse unter die Eigelb-Masse rühren. Backpulver, Mehl und Zimt mischen und unter die Masse heben. Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter die Karotten-Nuss-Masse heben. Teig in die Kastenform (26cm)geben. Bei 175 Grad 70 min. in den vorgeheizten Ofen geben.

29.5.03 Cremlin CK

Karotten-/Möhrenkuchen mit Honig 4 Ei

Zutaten für Portionen
200 g Karotte(n) - Möhren

4 Ei

200 g Honig
100 g Butter, weiche od. Margarine
3 EL Zitronensaft
1 Prise Salz
1 Prise Lebkuchengewürz
100 g Mandeln, gemahlene
200 g Hirsemehl
½ Pck. Backpulver
2 EL Mandeln, gemahlene für die Form
Fett, für die Form
Puderzucker + Zitronensaft für den Guss

Zubereitung

Backofen auf 200° vorheizen. Die Form fetten und mit den 2 EL Mandeln ausstreuen. Die Karotten putzen, schälen und auf der Gemüsereibe fein reiben. Die Eier trennen. Eigelbe mit Honig cremig rühren. Nach und nach das Fett unterschlagen. Zitronensaft, Salz, Lebkuchengewürz, Mandeln und Möhren nach und nach dazugeben. Mehl mit Backpulver vermischt unter den Teig rühren. Eiweiße steif schlagen und unter die Masse heben. Den Teig vorsichtig in die vorbereitete Form füllen und im Ofen (Mitte: Umluft 160°) 35 Min. backen. Puderzucker sieben und mit Saft zum Guss glatt rühren. Den Kuchen damit verzieren.

Statt Honig habe ich auch schon mal Zucker genommen. Es schmeckt genauso gut. Statt Zuckerguss sieht auch Puderzucker, wenn's mal schnell gehen muss, auch schön aus.

Schmeckt Kindern eigentlich immer !

In einer Dose hält sich der Kuchen im Kühlschrank mindestens 1 Woche und bleibt to

Brennwert p. P.: 166

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

15.01.04 Anneonline

Karotten-Kuchen 4 Ei

Leckerer Möhrenkuchen, ein Geheimtipp !

Zutaten für 1 Portionen

500 g Rohrzucker, braun

300 ml Öl

4 Ei

500 g Mehl (Weizen)

2 TL Backpulver

2 TL Natron

3 TL Zimt

1 TL Salz

6 Möhre(n)

½ Dose/n Ananas

Zubereitung

Zucker und Öl mit dem Mixer in einer Schüssel verrühren, nach und nach die Eier einzeln dazugeben und jeweils gut verrühren. In einem zweiten Behältnis die trockenen Zutaten Mehl, Backpulver, Natron, Zimt und Salz miteinander vermischen und löffelweise zum Teig hinzufügen und vermengen. (Teig ist klebrig und zähflüssig!) Zum Schluss noch die Karotten raspeln und die Ananas klein schneiden, anschließend unterheben. Die

Teigmasse auf einem gefetteten Backblech verteilen und bei 175 °C circa 35 Minuten Backen.

Glasure:

Aus 2 Ei zerlassener Butter,
1/2-1 Packung Philadelphia Frischkäse,
3 Ei Zitronensaft und
250 g Puderzucker mit einem Schneebesen eine Creme rühren und auf dem erkalteten Kuchen verteilen.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten
01.02.01 sarosiek

Karottenkuchen 3 Ei

(nicht nur für Diabetiker)

Zutaten für 1 Portionen
250 g Karotte(n), gerieben
50 g Mehl (Vollkornmehl)
2 TL Backpulver
50 g Mandeln, gerieben
100 g Haselnüsse, gerieben
50 g Semmelbrösel
3 Ei(er), getrennt
100 g Zucker
1 Prise Salz
Zimt

Zubereitung

Mehl, Backpulver, Mandeln, Nüsse, Salz und Semmelbröseln vermengen. Dotter, Zimt und Zucker schaumig rühren, Mehl-Nuss-Masse und geriebene Karotten unterheben. Schnee schlagen und unterheben. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 180° C ca. 45 min. backen.

In 14 gleichgroße Stücke schneiden.

1 Stück = 1 Broteinheit

7.11.02 Jawa

CK

Karottenkuchen 5 Ei

Eine Springform 24 Ø

5 Eigelbe,

300 gr. Zucker,
1 Essl. ger. Zitronenschale,
300 g Mandeln,
4 Essl. Mehl,
1/2 Tl. Zimt,
1 Teel. Backpulver,
Salz,

5 Eiweiß.

Eigelb, Zitronenschale und Zucker zu einer cremigen Masse rühren, Karotten schälen und fein reiben. Sofort mit den Mandeln unter die Eimasse ziehen. Mehl mit Zimt, Backpulver und Salz dazumischen, etwas Kirsch beifügen. Das steif geschl. Eiweiß darunter ziehen. In Springform einfüllen und bei ca. 190 ° 50 min. backen.
nachdem backen kann man eine Glasur auftragen.

150 gr. Puderzucker

1/2 Eiweiß

2 Essl. Zitronensaft

Kartoffelkuchen/ Backlinge/Bratlinge M

Glutenfrei

Zutaten für 4 Portionen

550 g Kartoffeln
300 g Möhre(n)
1 Zwiebel(n), gewiegt
20 Oliven, gewiegt
150 g Kichererbsen
200 g Feta-Käse

100 g Käse, ger. (Gouda)

2 TL Kräutersalz
1 TL Meersalz
Pfeffer - Körner
Senfkörner

Zubereitung

Kartoffeln + Möhren fein raspeln, Zwiebeln + entkernte Oliven fein wiegen, Kichererbsen + Pfeffer- + Senfkörner fein mahlen, Feta mit einer Ga-

bel zerdrücken, Käse reiben, alles miteinander mischen, mit den Salzen pikant abschmecken.

Bratpfanne 24 cm einfetten, die Masse rein + glatt streichen, zudecken, + bei Stufe 1 oder 1,5 so lange backen, bis die Oberfläche nicht mehr klebt, flachen Teller drauf, umdrehen, den Teig in die Pfanne gleiten lassen, zudecken noch etwa 20 min backen. Oder kleine, handtellergroße Fladen formen + in Öl von beiden Seiten bräunen, nicht zu groß die Hitze einstellen. Oder auf mit Backpapier ausgelegtes Backblech im Backofen bei mittlerer Hitze goldbraun backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

19.09.03 Hans60

Kuchen Mahabad 2 Ei M

glutenfrei / eigenes Rezept

Zutaten für Portionen

½ Stange/n Lauch

1 Ei Margarine, Deli Reform

2 Ei Sesam

½ TL Kreuzkümmel

1 TL Senfkörner, gelbe

5 Körner Pfeffer

3 Mandeln, bittere (kann auch entfallen)

100 g Linsen, rote

100 g Maiskörner

100 g Buchweizen

1 Tüte/n Backpulver (Weinsteinbackpulver)

1.5 TL Kräutersalz

1 Prise Rohrzucker

2 Tasse/n Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

150 g Käse, ca Gouda 48 % grob geraspelt

2 Ei

500 g Gemüse, TK (z. B. Blumenkohl + Brokkoli + Karottengemisch)

Käse, Gouda, zum Abdecken

Paprika - Granulat

Zubereitung

00,5 Stange Lauch geschnitten + in 1 Ei Deli Reform Margarine ange-dünstet, abkühlen. 2 Ei Sesam ungeschält + 0,5 TI Kreuzkümmel + 1 TI Senfkörner + 5 Pfefferkörner + 3 bittere Mandeln in einer trockenen Pfanne angeröstet. Abkühlen + mit rote Linsen + Maiskörner (kein Popkorn) + Buchweizen mahlen. Weinsteinbackpulver + Kräutersalz + Vollrohrzu-

cker alles vermischen. 2 Tassen Kohlensäurehaltiges Mineralwasser + grob geraspeltten Gouda unterrühren + TK Gemüse, (z. B. Blumenkohl, Brokkoli + Möhren) + den Lauch.

Alles in eine 26 cm Æ mit Backpapier ausgelegte Springform geben, glatt streichen + mit geraspelttem Gouda bedecken, darauf Paprikagranulat.

Wer keinen Käse nimmt, dann Deckel drauf oder mit Alufolie abdecken, trocknet sonst aus.

Mit 160°C Umluft ca. 70 min, ohne vorheizen, backen. Oder ohne Umluft ca. 180 -190°C mit vorheizen ca. 50- 60 min.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

15.03.05 Hans60

Kürbis Möhren Kuchen 1 Ei M

Zutaten für Portionen

125 g Mehl

60 g Butter

1 Prise Salz

1 Ei Wasser

250 g Kürbisfleisch

250 g Möhre(n)

Pfeffer

3 Stück Koriander, gestoßene Körner oder

1 Prise Koriander - Pulver

1 Ei Minze, gehackt

125 g Quark (Speisequark)

1 Ei

40 g Pinienkerne

Zubereitung

Die ersten vier Zutaten zu einem Teig verkneten und 30 Minuten kühl und abgedeckt ruhen lassen.

Ofen auf 220 Grad vorheizen.

Kürbisfleisch grob raspeln, Möhren waschen schälen, raspeln. Beides mit etwas Wasser und einem Stich Butter ca. 5-7 Minuten dünsten, abkühlen lassen.

Mit den Gewürzen abschmecken, Quark und Ei unterziehen. Teig ausrollen, eine kleine Form damit auskleiden. 15 Min. blind backen. Gemüsemasse einfüllen, mit den Pinienkernen bestreuen. 20-25 Min backen.

Warm servieren.

Brennwert p. P.: 350

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

02.05.02 Flegrea

Der Kuchen hat einen sehr milden Geschmack. Minze habe ich allerdings nicht gehabt. Der Teig blieb bei mir ziemlich hart, weiß nicht warum... Jedenfalls hatte ich mehr von diesem Rezept erwartet.

Kommentar von Kultica 16.02.2004 15:45

Mini Möhren Bananen Gugelhupf 3 Ei

Zutaten für Portionen

450 g Möhre(n)

500 g Banane(n)

200 g Mehl

80 g Mehl, griffiges

$\frac{3}{4}$ Pck. Backpulver

$\frac{1}{2}$ TL Zimt

200 g Zucker, braun

100 g Walnüsse, grob gehackt

3 Ei

250 ml Öl

Salz

Butter

Kokosraspel

Puderzucker

Zubereitung

Das Backrohr auf 150 Grad vorheizen. Kleine Gugelhupfformen (Inhalt ca. 300 ml) mit Butter ausstreichen und mit Kokosflocken ausstreuen.

Beide Mehlsorten mit Backpulver versieben. Möhren schälen, grob raspeln und in einem Tuch ausdrücken.

Bananen schälen, mit einer Gabel zerdrücken. Möhren und Bananen mit 1 Prise Salz, Zimt, Zucker und den Nüssen verrühren. Eier schaumig rühren.

Möhren-Bananen-Mischung einrühren, Mehl unterheben, zuletzt das Öl einrühren. Masse in die Gugelhupf-Formen füllen. Förmchen auf ein Backblech stellen und die Gugelhupfe 45-50 Minuten (mittlere Schiene) backen.

Gugelhupfe aus dem Rohr nehmen, 3-4 Minuten in den Formen rasten lassen, stürzen und auskühlen lassen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

Guten Appetit!

Brennwert p. P.: 943

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

01.07.03 Backfee

Mini Rüeblikuchen 4 Ei

Zutaten für ca. 6 Stücke:

150 g Möhren

Saft Von 1/2 Zitrone

150 g Butter,

125 g Zucker

1 Päckchen Vanillinzucker

4 Ei (Größe M),

250 g Mehl

1/2 Päckchen Backpulver

2 EL Aprikosenkonfitüre

20 g Mandelblättchen

Fett und Paniermehl für die Form

1. Möhren grob raspeln, mit Zitronensaft beträufeln. Butter, 100 g Zucker und Vanillinzucker schaumig rühren. 1 Ei trennen. 3 Ei und Eigelb unter die Fett-Zucker-Mischung rühren. Mehl und Backpulver mischen, mit den Möhrenraspeln unterrühren.

2. Springform (20 cm Ø) fetten und mit Paniermehl ausstreuen. Teig darin glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen (E Herd: 175°C/ Umluft: 150°C) 30-40 Minuten goldgelb backen.

3. Eiweiß steif schlagen und 25 g Zucker unter Rühren einrieseln lassen. Konfitüre glatt rühren. Kuchen herausnehmen, mit Konfitüre bestreichen. Eischnee darauf verteilen und mit Mandeln bestreuen. Kuchen weitere 5-8 Minuten bei gleicher Temperatur backen. Kuchen etwas ruhen lassen, dann aus der Form lösen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit ca. 1 Std.

Pro Stück ca. 370 kcal/1 550 kJ.

Tina Nr. 8/03

Möhren Blechkuchen 6 Ei

super saftig - ohne Butter und Öl - kalorienarm

Zutaten für 30 Portionen

Für den Teig:

6 Ei, getrennt

250 g Zucker
1 Pck. Vanillinzucker
1 TL Zimt
1 Zitrone(n), die Schale davon
500 g Möhre(n), fein gerieben
250 g Mehl
50 g Paniermehl
200 g Haselnüsse, gemahlene
½ Pck. Backpulver

Für den Guss:

200 g Puderzucker
1 Zitrone(n), den Saft davon
evt. Wasser

Zubereitung

Den Ofen auf 200°C vorheizen.

Eigelb mit Zucker und Vanillinzucker so lange cremig schlagen, bis der Zucker sich gelöst hat. Zimt und Zitronenschale zugeben.

Möhren mit Mehl, Paniermehl, Nüssen und Backpulver vermischen und unterrühren.

Eiweiß steif schlagen und portionsweise unterheben (wichtig, da der Teig zuvor noch recht fest ist).

Den Teig auf ein gefettetes tiefes Blech (Fettpfanne) streichen und etwa 30 min backen.

Noch heiß mit dem Zitronenguss überziehen und fest werden lassen.

Den Kuchen in Stücke schneiden (ich habe 30 daraus gemacht) und genießen.

Wer einen lockereren Kuchen will, kann durchaus ein ganzes Päckchen Backpulver nehmen!

Brennwert p. P.: 160

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

07.06.05 alina1st

Möhren Gugelhupf 4 Ei

Zutaten für 12 Portionen

100 g Mehl
1 Pck. Backpulver
200 g Puderzucker
1 Pck. Vanillezucker

200 g Nüsse, gerieben, gemischt
200 g Möhre(n), fein gerieben

4 Ei

½ Zitrone(n), Saft u. Schale
1 TL Zimt
1 Msp. Nelken, gemahlen
1 EL Rum

Zubereitung

Puderzucker, Vanillezucker, Rum, Zimt, Nelkenpulver und Dotter 20 Min. schaumig rühren. Mehl und Nüsse vermengen und mit den Möhren (Karotten) verrühren. Zuletzt Eischnee unterheben. In eine gebutterte, bemehlte Gugelhupfform geben, und auf mittlerer Schiene 180 Grad, ca. 50 Min. backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
24.03.03 genovefa56

Möhren Kuchen Kabutarkhän

glutenfrei / milchfrei / Eifrei

Zutaten für Portionen

200 g Mandeln, süße +
20 Mandeln, bittere zusammen rösten +
300 g Buchweizen, ganz +
150 g Naturreis, (Mittelkorn) +
50 g Amaranth, ganz, zusammen mahlen
220 g Rohrzucker, abschmecken
1 Prise Salz
1 TL Vanille - Pulver (Bourbon) ODER
3 Tüte/n Vanillezucker (Bourbon)
2 Tüte/n Backpulver (Weinsteinbackpulver)
30 g Ingwer +
300 g Möhre(n), fein geraspelt (Küchemaschine) +
1 Zitrone(n) - Schale, abgeriebene
700 ml Mineralwasser, kohlenstoffhaltiges

Zubereitung

Alle Zutaten vermischen, erst dann das Wasser unterrühren, alles in die mit Backpapier ausgelegte Backform gießen.

In den kalten Backofen, bei 160°C Umluft, 110 min backen. Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca. 180° - 190°C + ca. 70 - 80 min backen. Bitte ein paar min in der Form lassen, dann vorsichtig raus gleiten lassen + ca. 30 min mit Backpapier ruhen, sich verfestigen lassen. Dann, oder auch erst wenn erkaltet ist, entfernen.

BITTE DIESEN KUCHEN ERST ANSCHNEIDEN; WENN ER GANZ ERKALTET IST.

Hinweis: Nehme gerne Amaranth, nicht nur der vielen Nährstoffe wegen, sondern es macht bei reinem Buchweizenteig, das Ganze nicht so trocken. Hinweis : Kohlensäurehaltiges Mineralwasser gibt beim Rühren Kohlensäure frei, wodurch ein spontaner Gärprozess in Gang gesetzt wird: das Mehl verbindet sich schnell + intensiv mit dem Wasser, die Kohlensäure wird eingeschlossen + hebt beim Backen den Teig in die Höhe.

Zum anschneiden hat sich das Tomatensägemesser als am besten herausgestellt, ich kann „sägen“/ schneiden, nicht drücken, der ist eben mit Vorsicht zu behandeln, damit es nicht zerbröckelt, was ja bei noch sehr warmem Kuchen leicht passieren kann. Wobei gerade Backwaren mit Reis sich erst festigen, wenn sie kalt sind. Aber Reis saugt auch viel Flüssigkeit auf, was gerade bei glutenfrei, viel mehr vorhanden ist, als bei „normalem“ Mehl. Guten Appetit

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.07.05 Hans60

Möhren Marzipan Kuchen 5 Ei

Zutaten für 16 Portionen

150 g Marzipan, Rohmasse

250 g Butter

175 g Zucker

1 Zitrone(n)

1 Pck. Vanillezucker

5 Ei

200 g Möhre(n)

400 g Äpfel

500 g Mehl

1 Pck. Backpulver

Zubereitung

Zitronenschale abreiben. Marzipan fein würfeln. Mit Fett, Zucker, Zitronenschale und Vanillezucker verrühren. Eier zufügen. Möhren und Äpfel

raspeln, unter die Fett-Ei-Masse heben. Teig in eine Guglhupfform oder Springform mit Rohrbodeneinsatz füllen.

Bei 175 Grad ca. 45 Min. backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
13.05.02 Heiki

Möhren Rührkuchen 3 Ei

Amerikanisches Spezialrezept

Zutaten für 12 Portionen

300 g Mehl
2 TL Backpulver
1.5 TL Salz
2 TL Zimt
320 g Möhre(n)
3 Scheibe/n Ananas

3 Ei

300 g Zucker
300 ml Öl
100 g Walnüsse, gehackte
Puderzucker

Zubereitung

Das gesiebte Mehl mit Backpulver, Salz und Zimt mischen. Die Möhren schälen und fein raspeln. Ananas abtropfen und in kleine Stücke schneiden. Eier, Zucker und Öl vermischen und die Mehlmischung hinzufügen und kurz verrühren. Zuletzt die Möhren, Ananas und Nüsse unterheben. In eine mit Backpapier ausgelegte Springform (28cm) geben und im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad (Umluft) ca. 45 Min. backen. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und mit Alufolie bedeckt einige Zeit abkühlen lassen.

Wer es gerne noch "nasser" mag hier eine tolle Idee für den Guss: 400g Frischkäse, 5 Ei Puderzucker, 1 TL Vanillezucker und 60 ml Milch schaumig schlagen. Die Creme auf den abgekühlten Kuchen streichen und mit ein paar Nüssen bestreuen. Wer die Creme nicht mag: der Kuchen schmeckt auch mit Puderzucker bestäubt sehr lecker und saftig!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
02.10.04 knobiqueen

Möhren Tassenkuchen 2 Ei

Zutaten für 1 Portionen

- 3 Tasse/n Mehl (Weizenmehl, je 100 g)
- 2 TL Backpulver
- 1 Tasse/n Zucker (150 g)
- 2 Pck. Vanillezucker
- 1 TL Zimt, gemahlen
- 1 Prise Salz
- 1 Tasse/n Öl (Speiseöl, 150 ml)
- 2 Ei(er) (Größe M)
- 2 Tasse/n Möhre(n), fein gerieben (je 125 g)
- 1 El Zitronensaft
- 1 Tasse/n Haselnüsse, Kerne, gemahlen (50 g)

Für den Guss:

- 1 Tasse/n Puderzucker, gesiebt (100 g)
- 1 El Zitronensaft
- Fett für die Form

Zubereitung

Für den Teig Mehl und Backpulver in eine verschließbare Schüssel (3 Liter Inhalt) sieben, mit Zucker, Vanillinzucker, Zimt und Salz mischen. Öl und Eier hinzufügen, Schüssel mit dem Deckel fest verschließen. Mehrmals (insgesamt 15-30 Sekunden, je nach Menge der Zutaten) kräftig schütteln, so dass alle Zutaten gut vermischt sind.

Möhren, Zitronensaft und Haselnusskerne hinzugeben. Alles mit einem Schneebesen oder Rührlöffel nochmals sorgfältig durchrühren, damit vor allem trockene Zutaten vom Rand mit untergerührt werden.

Den Teig in eine Kastenform (25x11 cm, gefettet) geben. Die Form auf dem Rost in den Backofen schieben (Ober-/Unterhitze etwa 180°C, vorgeheizt / Heißluft etwa 160°C, nicht vorgeheizt / Gas Stufe 2-3, nicht vorgeheizt). Backzeit etwa 50 Minuten.

Kuchen etwa 10 Minuten in der Form stehen lassen, aus der Form lösen, auf einen Kuchenrost stürzen und erkalten lassen.

Für den Guss Puderzucker und Zitronensaft zu einer dickflüssigen Masse verrühren. Den Kuchen mit dem Guss überziehen und fest werden lassen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

19.11.04 Axo

Möhrenkuchen 3 Ei

12 Portion

Teig

250 g Möhren
300 g Mandeln
300 g Zucker

5 Ei, getrennt

60 g Mehl
1 Tl. Backpulver
1/2 Zitronenschale
1 Prise/n Salz
Fett für die Form
Brösel für die Form

Überzug

150 g Puderzucker
1 El. Wasser
2 El. Zitronensaft

Dekoration (NACH BELIEBEN)

12 Marzipanmöhren

Die Möhren fein raspeln.

Die Eigelb mit 2/3 des Zuckers gut schaumig rühren, dann Möhrenraspeln, das mit Backpulver gemischte Mehl und die gemahlene Mandeln sowie die Gewürze unterheben.

Zuletzt die Eiweiße steif schlagen, unter Weiterschlagen den restlichen Zucker einrieseln lassen. Die Eiweißmasse unter die Möhrenmasse ziehen. Den Teig in eine gefettete, mit Semmelbröseln ausgestreute Form füllen und bei 180 Grad C ca. 50 Minuten backen.

Den Kuchen nach dem Abkühlen mit einem Guss aus gesiebtetem Puderzucker, Zitronensaft und Wasser überziehen.

Man kann den Kuchen nach Belieben mit Marzipanmöhren dekorieren.

Der Kuchen sollte ca. 2 Tage vor dem Verzehr gebacken werden, da er nach dem Durchziehen besser schmeckt.

Möhrenkuchen 4 Ei

Lowfat

Zutaten für 12 Portionen

- 4 Möhre(n)
- 1 Zitrone(n), den Saft

4 Ei

- 250 g Zucker
- 3 EL Wasser, warmes
- 1 Msp. Zimt
- 1 Prise Nelken, gemahlen
- 1 TL Mandeln, geriebene
- 100 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 1 EL Puderzucker

Zubereitung

Die Möhren fein raspeln und mit dem Zitronensaft vermischen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Eier trennen. Eigelb mit Zucker und Wasser cremig rühren. Zimt, Nelkenpulver, Zitronenschale dazugeben.

Möhren, gemahlene Mandeln und das mit Backpulver gemischte Mehl unterrühren.

Das Eiweiß mit Salz steif schlagen. Den Eischnee unter die Teigmasse heben.

Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Springform (26cm) füllen und glatt streichen. Etwa 45 Minuten auf mittlere Schiene backen.

Den Kuchen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.

Brennwert p. P.: 190

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

13.06.05 samy18

Möhrenkuchen oder - Muffins 5 Ei

ohne Mehl und Fettzugabe

Zutaten für 1 Portionen

- 4 große Ei(er), oder 5 kleinere, getrennt
- 220 g Zucker

250 g Möhre(n), fein gerieben
250 g Haselnüsse, gerieben, auch andere Nüsse oder Mischung
1 Pck. Vanillinzucker
½ Pck. Backpulver
1 Msp. Zimt
4 EL Rum
Fett und Semmelbrösel für die Form

Zubereitung

Eiweiß steif schlagen, restliche Zutaten zügig mischen. Eischnee unterheben. Kuchenform von 26-cm-Durchmesser oder Kastenform oder Muffinförmchen fetten, mit Semmelbröseln bestreuen, Teig einfüllen. Bei Ober-/Unterhitze 175°C ca. 45-50 Minuten (Kuchen) bzw. 25-30 Minuten (Muffins) backen. Stäbchenprobe machen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
14.05.05 aschpazi

Möhrenkuchen ohne Fett 4 Ei

Zutaten für 12 Portionen
400 g Möhre(n)
1 Zitrone(n), den Saft

4 Ei

250 g Zucker
3 EL Wasser, warmes
1 Msp. Zimt
1 Prise Nelken, gemahlen
1 TL Zitrone(n), die Schale, gerieben
125 g Mandeln, gemahlen
100 g Mehl
1 TL Backpulver
1 Prise Salz
1 EL Puderzucker

Zubereitung

Möhren waschen, fein raspeln Zitronensaft dazu.
Backofen auf 180° C vorheizen. Eier trennen, Eigelbe mit Zucker und Wasser cremig rühren. Zimt, Nelkenpulver und Zitronenschale dazugeben. Möhren, Mandeln und mit Backpulver vermischtes Mehl darunter rühren. Eiweiße mit Salz steif schlagen und unter die Teigmasse heben. Teig in ei-

ne mit Backpapier ausgelegte Springform (26cm) füllen, glatt streichen und backen.

Auf ein Kuchengitter stürzen, auskühlen lassen mit Puderzucker bestreuen.

Fett: 7,3 g Eiweiß: 5,4 g Kohlenhydrate: 33,0 g Ballaststoffe: 2,3 g BE: 2,75

Brennwert p. P.: 220

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

21.06.02 pebbels

Nuss Möhrenkuchen 7 Ei M

Saftige Rübli-Torte (ohne Zuckerzusatz)

Zutaten für 12 Portionen

400 g Möhre(n), frische

200 g Mandeln, gemahlen

200 g Haselnüsse, gemahlen

1 Pck. Backpulver,

125 g Mehl

7 Ei

1 Zitrone(n), unbehandelt, abgeriebene Schale

3 El Orangensaft, frisch gepresster

10 El Saft (Agavendicksaft)

1 Prise Salz

etwas Butter, zum Einfetten der Backform

120 g Marzipan (Honig-Marzipan)

etwas Kakaopulver

etwas Puderzucker

150 g Kuvertüre, Zartbitter

1 TL Fett (Kokosfett)

Zubereitung

Möhren vom Grün befreien und dieses für die Verzierung beiseite legen. Möhren waschen, putzen, dünn schälen, und fein raspeln. Mandeln, Haselnüsse und Backpulver in eine Schüssel geben und gut verrühren. Eier trennen. Eigelbe mit Zitronenschale, Zitronensaft und der Hälfte des Agavendicksaftes mit dem Handrührgerät etwa 5 Minuten cremig schlagen. Dann nach und nach die Nüsse sowie den restlichen Agavendicksaft unterrühren. Möhrenraspeln unterheben. Eiweiße mit einer Prise Salz steif

schlagen und mit einem Schneebesen vorsichtig unter die Teigmasse heben.

Springform (26 cm Durchmesser) einfetten und den Boden mit passendem Backtrennpapier auslegen. Teig in die Form füllen, glatt streichen und auf der mittleren Leiste in den Backofen schieben. Bei 200 Grad Celsius (Heißluft 180 Grad) ca. 55 Minuten backen. Nach 30 Minuten den Kuchen abdecken (mit Kuchenblech oder Backtrennpapier) damit er nicht zu dunkel wird. Kuchen nach dem Backen auf ein Gitter stürzen, Backtrennpapier abziehen, Kuchen abkühlen lassen.

Marzipan-Möhren zur Verzierung:

Honig-Marzipan in 12 gleich große Stücke zerteilen. Aus den Marzipanstücken gleich große Möhrchen formen, diese mit einem Messer einritzen und im Kakaopulver wälzen, so dass sie "erdig" aussehen. Vom Grün der echten Bundmöhren 12 kleine Sträußchen abzupfen, waschen und in die Marzipanmöhren stecken. Die Kuchenstücke mit den Möhren verzieren.

Nach Wunsch kann der Kuchen vor dem Verzieren mit den Möhrchen noch mit Puderzucker bestäubt, oder mit Schokoguss (150g Zartbitterkuvertüre mit 1 TL Kokosfett im Wasserbad schmelzen) überzogen werden.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

03.10.04 Fluxus

Rübli - Kuchen 8 Ei

Zutaten für 20 Portionen

600 g Möhre(n)

100 g Butter

8 Ei

300 g Zucker

200 g Mehl

1 Pck. Backpulver

400 g Haselnüsse, gemahlen

1 Apfelsine(n)

250 g Puderzucker

Zubereitung

Möhren raspeln. Butter schmelzen. Eier trennen. Eiweiß steif schlagen, dabei den Zucker einrieseln lassen. Eigelb und geschmolzene Butter unterziehen. Mehl, Backpulver, Nüsse und abgeriebene Schale der Apfelsine mischen, zügig unter den Eischnee heben, Möhren ebenfalls unterheben. Teig auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen (E: 175 Grad, Umluft: 150 Grad, Gas: Stufe 2) ca. 35 bis 40 Min. backen. Abkühlen lassen.

Puderzucker mit dem Saft der ausgepressten Apfelsine verrühren. Guss auf den Kuchen streichen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

16.05.02 Heiki

Rübli Gugelhupf 7 Ei

Zutaten für 10 Portionen

300 g Möhre(n)

125 g Mehl (Weizenmehl)

200 g Zucker

7 Ei

200 g Mandeln, gemahlen

2 TL Backpulver

1 Zitrone(n), unbehandelte

1 EL Puderzucker

Salz

Zimt

Nelken, gemahlen

Zubereitung

Backofen auf 175 Grad vorheizen.

Eine Gugelhupfform einfetten. Mohrrüben schälen und fein raspeln. Zitronenschale abreiben.

Eigelb, 100 g Zucker, abgeriebene Zitronenschale, je 1 Msp. Zimt- und Nelkenpulver mit dem Rührgerät cremig rühren. Mohrrüben, Mandeln untermischen. Mehl und Backpulver auf die Eigelbmasse sieben und unterheben.

Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen. Dabei den restlichen Zucker einrieseln lassen. Eischnee unter den Teig heben. Den Teig in die Form füllen. Kuchen ca. 1 Std. backen.

Kuchen auf ein Gitter stürzen, abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

Brennwert p. P.: 332

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

03.06.03 Steffisp

Rüblikuchen vom Blech 6 Ei

Zutaten für Portionen

1 kg Gelbrübe, gerieben
200 g Weizen, frisch gemahlen
2 TL Backpulver (Weinstein)
100 g Rohrzucker
100 g Honig

6 Ei

2 Prisen Salz
200 g Haselnüsse, gerieben

Zubereitung

Die Eier schaumig schlagen. Mehl, Weinstein, Zucker plus Honig sowie Mehl und gemahlene Nüsse zugeben. Zum Schluss die geraspelten gelben Rüben zugeben. Alles locker aufschlagen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech austreichen. Bei 170 Grad ca. 40 Minuten backen. Nach Geschmack mit Pudding oder mit Kuvertüre verzieren. Ein Kuchen, den sogar ein Backeumel wie ich hinbekommt!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
01.02.04 Eimerp

Rüeblikuchen 4 Ei

(Karottenkuchen)

Zutaten:

250 g Rohrzucker,
200 g Butter,

4 Ei,

1 gestr. TL Zimt,
1 gestr. TL Kardamom,
1/2 gestr. TL Nelkenpulver,
250 g Mandeln,
1 Prise Salz,
250 g Karotten,
2 EL weißer Rum,
350 g Mehl (Typ 405 oder 1050),
1/2 Päckchen Backpulver,

zur Dekoration:
einige Marzipan-Karotten

Zubereitung:

Rohzucker und Butter geschmolzen (aber nicht warm) miteinander gut verrühren. Ei gut verquirlen und beigeben. Zimt, Kardamom, Nelkenpulver, gemahlene Mandeln, Salz, geschälte, fein geraffelte Karotten und weißen Rum dazumischen. Mehl und Backpulver über den Teig sieben. Vermengen. Eine Springform (26 cm Durchmesser) ausbuttern. Den Teig einfüllen.

Den Kuchen in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen eine gute Stunde backen.

Den Kuchen mit Puderzucker bestäuben und mit Marzipan-Karotten dekorieren.

Saftiger Möhrenkuchen 8 Ei M

Zutaten für 20 Portionen
600 g Möhre(n)

150 g Schokolade, Vollmilch

8 m.-große Ei,

300 g Zucker

2 Pck. Vanillezucker

1 Prise Salz

1 Zitrone(n), abgerieb. Schale, unbehandelt

½ TL Zimt

300 g Haselnüsse, gemahlene

100 g Mehl

100 g Grieß

1 Pck. Backpulver

100 g Haselnüsse (Blättchen)

300 g Puderzucker

4 EL Zitronensaft

Zubereitung

Möhren putzen, schälen und fein reiben. Schokolade grob hacken. Eier trennen. Eigelb, 250 g Zucker und Vanillin-Zucker schaumig rühren. Salz, Zitronenschale und Zimt unterrühren. Gemahlene Nüsse, Mehl Grieß und Backpulver mischen. Mit Möhren und Schokolade unter die Eigelbmasse rühren. Eiweiß und restlichen Zucker steif schlagen und unterheben. Die Fettpfanne des Backofens fetten und den Teig darauf verstreichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 C / Gas Stufe 3) ca. 30 Minuten backen und abkühlen lassen.

Haselnussblättchen in einer Pfanne goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Puderzucker und Zitronensaft glatt rühren. Kuchen damit bestreichen. Mit Nussblättchen bestreuen und trocknen lassen. In Stücke schneiden und evtl. mit Mandarinen-Sahne servieren.

Brennwert p. P.: 390

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.02.04 Tschnitti

Saftiger Möhrenkuchen mit Apfel und Kokos 3 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

500 g Möhre(n)

1 Apfel

100 g Zucker, weiß

50 g Zucker, braun

3 Ei

250 g Mehl

½ Pck. Backpulver

1.5 TL Zimt

75 g Kokosraspel

125 g Butter oder Margarine

1 Pkt. Kuvertüre, weiß oder Vollmilch

12 Marzipan - Möhren

Kokosraspel

Zubereitung

Die Möhren und den Apfel schälen und raspeln. Den gesamten Zucker hinzugeben und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Dann die restlichen Zutaten hinzugeben und alles zu einem glatten Teig verrühren. Nun in eine runde Backform geben und bei 170°C 50-60 Minuten backen.

Den Kuchen abkühlen lassen und mit Kuvertüre, Marzipanmöhren und Kokosraspeln garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

: 14.03.05 leanae

Booaaaa! War der Kuchen lecker!

Da ich Kokos nicht so gerne mag, habe ich dafür gehackte Mandeln genommen und ein paar Spritzer Zitronensaft mit hineingegeben.

Der Kuchen war super saftig und angenehm sanft in der Süße.

Daumen hoch! Ein echt tolles Rezept! Kommentar von killerichy

17.03.2005 16:32

Saftiger Möhrenkuchen mit Äpfeln 4 Ei

270 g Möhren (ca. 3 Stück)
50 g Kürbiskerne

4 Ei

100 g Honig
1 Pr. Salz
0,5 TL Zimt
50 g Weizenvollkornmehl
2 TL Weinstein-Backpulver
100 g gem. Haselnüsse
4 mittelgroße Äpfel (Cox Orange oder Boskop)
1 EL Zitronensaft
2 EL Apfeldicksaft

Möhren mit dem Schnitzelwerk sehr fein raspeln. 40 g Kürbiskerne hacken.

Ei trennen. Eigelb, Honig, Salz und Zimt mit dem Handrührgerät gut cremig schlagen. Mehl, Backpulver, Nüsse und gehackte Kürbiskerne unter die Eigelbmasse rühren. Eiweiß steif schlagen. Erst Möhrenraspel dann Eischnee vorsichtig unter den Teig heben.

Eine Springform (Ø 26 cm) mit Back- oder Pergamentpapier auslegen, den Teig hineingeben und glattstreichen.

Äpfel schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen. Die Äpfel wie einen Fächer mehrmals einschneiden. Mit Zitronensaft beträufeln und in den Teig drücken; backen.

Temperatur: 160-180 Grad (Umluftbackofen)
Backzeit: ca. 60 Minuten

Den heißen Kuchen mit Apfeldicksaft bestreichen und mit den restlichen Kürbiskernen bestreuen.

Schoko Möhrenkuchen 8 Ei M

Zutaten für ca. 20 Stücke
600 g Möhren

300 g Vollmilch-Schokolade

8 Ei (Gr. M)
300 g Zucker
2 Päckchen Vanillin-Zucker
1 Prise Salz

abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone
1/2 TL Zimt
300 g gemahlene Haselnüsse
100 g Mehl
100 g Grieß
1 Päckchen Backpulver
100 g Haselnussblättchen
300 g Puderzucker
4-5 EL Zitronensaft

Zubereitung

1. Möhren fein reiben. Schokolade hacken. **Ei trennen**. Eigelb mit 250 g Zucker und Vanillin-Zucker schaumig rühren. Salz, Zitronenschale und Zimt unterrühren. Nüsse, Mehl, Grieß und Backpulver mischen, mit Möhren und Schokolade unterrühren.

2. Eiweiß und 50 g Zucker steif schlagen und unterheben. Fettpfanne des Backofens fetten. Teig darauf streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 30 Minuten backen. Auskühlen lassen.

3. Haselnussblättchen rösten, Puderzucker und Zitronensaft glatt rühren, auf den Kuchen streichen.
Mit Haselnussblättchen bestreuen, trocknen lassen. Kuchen in Stücke schneiden.

Zubereitungszeit ca. 1 1/4 Stunden (ohne Wartezeit)

Pro Stück ca. 390 kcal, E 8 g, F 19 g, KH 46 g

Mini Nr. 11/04

Schwedischer Möhrenkuchen 4 Ei

Morotkaka

Zutaten für 4 Portionen

4 m.-große Ei

400 g Zucker, weiß
200 ml Öl
2 TL Zimt
3 TL Vanillezucker
400 g Mehl, 550
4 TL Backpulver
600 g Möhre(n) / Wurzeln, geraspelte

Für die Glasur:

60 g Butter
2 TL Vanillezucker
400 g Puderzucker
1 EL Orangensaft
1 Tüte/n Kokosraspel

Zubereitung

Die Eier und den Zucker kräftig aufschlagen und das Öl langsam unterlaufen lassen. Nach und nach die anderen Zutaten beimischen und zum Schluss die geraspelten Möhren unterheben, gut verrühren, bis alles ein einheitlicher Teig ist.

Den Teig in eine höhere Auflaufform geben, die leicht gefettet wurde. Bei 175 Grad 20-25 Minuten backen, wer einen Umluftherd hat, nimmt bitte 20 Grad weniger, aber gleiche Zeit. Nach dem Backen etwas abkühlen lassen und die Glasurzutaten vermischen und über den Kuchen streichen, ganz zum Schluss noch mit Kokosraspeln schmücken.

Viel Spaß beim Probieren, der Kuchen bleibt in der Auflaufform und wird bei uns mit heißer Schokolade oder Kaffee verzehrt!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
10.07.04 Lillavatten

Weltbester Möhrenkuchen mit Frischkäseguss 3 Ei M

Zutaten für 10 Portionen

3 Eigelb

125 g Zucker
1 Pck. Vanillinzucker
1 Prise Salz
175 g Möhre(n), fein geraspelt
40 g Mehl (Weizenmehl)
2 TL, gestr. Backpulver
275 g Mandeln, gemahlen, nicht abgezogen
2 EL Rum oder Orangensaft
3 Eiweiß, geschlagen
50 g Butter, weich

50 g Frischkäse

225 g Puderzucker, gesiebt
1 TL Zitronensaft
evt. Semmelbrösel
Fett für die Form

Zubereitung

Für den Teig Möhren fein raspeln. Eigelb mit Zucker, Vanillinzucker und Salz ca. 5 Minuten schaumig rühren. Mehl mit Backpulver mischen, sieben und dann mit den Mandeln vermischen. Mehl-Mandel-Gemisch portionsweise mit Rum oder Orangensaft unterrühren. Dann Möhrenraspeln unterrühren. Eiweiß steif schlagen und unterheben. Teig in eine gut gefettete Kastenform geben (evt. mit Semmelbröseln ausstreuen). Bei 180 Grad (vorgeheizt) 50-60 Minuten backen. Ca. 10 Minuten in der Form ruhen lassen, dann aus der Form lösen und erkalten lassen.

Für den Guss weiche Butter mit dem Frischkäse vermischen und den gesiebten Puderzucker und den Zitronensaft zugeben. Gut verrühren und auf dem Kuchen verteilen (auf dem breiten Teil).

Brennwert p. P.: 380

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.12.04 suse2311

Backwaren Muffeins

Halloweenmuffins 4 Ei M

Zutaten für Portionen

200 g Mehl

200 g Zucker

200 g Butter

4 Ei

3 g Möhre(n)

1 Tasse/n Schokoladenraspel

½ Pck. Backpulver

1 Pck. Vanillezucker

200 g Haselnüsse, (gemahlen)

1 Schuss Milch

Für die Glasur:

200 g Puderzucker

1 TL Rum

Lebensmittelfarbe, orangefarbene

Möhren schälen und klein raspeln. Eier, Zucker, Vanillezucker und Butter schaumig rühren. Mehl mit Backpulver mischen, sieben und unterrühren. Möhren und Nüsse dazugeben. (evtl. mit Milch verdünnen, der Teig sollte noch leicht flüssig sein) Schokostreusel oder -raspel (je nach Belieben) unterrühren. Teig in kleine Papierförmchen oder Muffinblech (gefettet und mit Paniermehl ausgestreut) bis ca. zur Hälfte füllen.

bei 180°C ca. 20 bis 30 min backen

Für die Glasur: Puderzucker sieben und mit Rum und Wasser glatt rühren. (bei einer Kinderparty kann man den Rum auch weglassen) Speisefarbe nach Anleitung unterrühren. (Ich habe rote und gelbe gemischt, da keine orangefarbene zu bekommen war...)

Noch leicht warme Muffins mit dem Guss bestreichen.

Evtl. noch ein paar Schokoraspeln draufmachen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

06.11.02 bike_79

Meister Lampes Muffins 1 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

200 g Mehl

120 g Mehl (Vollkornmehl)

½ TL Natron

2 TL Backpulver

1 TL Zimt

½ TL Nelken, gemahlene

½ TL Muskat

100 g Walnüsse, gehackte (oder Haselnüsse, Mandeln)

5 m.-große Möhre(n), gerieben

1 Ei

100 ml Öl (Sonnenblumenöl)

160 g Zucker, braun

375 g Buttermilch

1 Ei Zitronensaft

Zubereitung

Mehl mit Vollkornmehl (wenn man keines im Haus hat, dann funktioniert es auch nur mit "normalem Mehl"), Backpulver, Natron, Nüssen und Gewürzen verrühren.

In einer zweiten Schüssel Ei aufschlagen und mit Zucker, Buttermilch, Öl, Zitronensaft und den Möhren verrühren. Mehl unterheben.
In eine Muffinform Papierförmchen verteilen und den Teig einfüllen.
Im vorgeheizten Backofen (Umluft 160°) ca. 20-25 Min braun backen.
Evtl. mit Zuckerguss oder Puderzucker verzieren. Toll mit Marzipan-Rüben.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
05.06.05 floo

Mohn Muffins Bazman

glutenfrei / kuhmilchfrei / Eifrei

Zutaten für 15 Portionen

1 handvoll Lauch, TK, klein geschnitten
1 Paprikaschote(n), rote, klein gewürfelt
1 Möhre(n), geraspelt
40 g Ingwer, klein gewiegt oder gerieben
200 g Kidneybohnen +
100 g Naturreis, (Mittelkorn) +
60 g Buchweizen, ganz +
1 TL Senfkörner, gelbe +
1 TL Kreuzkümmel +
5 Körner Pfeffer +
50 g Mohn, alles zusammen mahlen
1 Prise Rohrzucker
1 Prise Salz
1 Tüte/n Backpulver (Weinsteinbackpulver)
410 g Mineralwasser, ca 460 ml , kohlenensäurehaltiges
3 El Sojasauce (Tamari)
Fett, für die Formen/ Muffinsblech

Zubereitung

Alle trockenen Zutaten vermischen. Wasser mit Tamari zu der Mehlmischung geben, verrühren, sollte wie ein sehr dünner Rührteig sein, lieber ein paar Tropfen mehr. Lauch bis Ingwer vermischen, unter den Teig heben. In eingefettete Muffinsmulden, (Blech) 1 guten El geben. In den kalten Backofen, bei 160°C Umluft, 30 min backen, bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca. 180°C ca 16- 20 min backen. Sie reißen an der Oberfläche etwas ein, Zeichen von zuwenig Flüssigkeit, aber tut dem Geschmack keinen Abbruch. Sehr sättigend.
Dazu Salat der Saison, ein Bier oder Traubensaft macht es auch.

Hinweis: Mohn alles zusammen mahlen = kann auch Sesamsaat oder Leinsaat oder Sonnenblumenkerne sein. Dadurch erspare ich mir Ei + zusätzliches Fett + zusätzliches pflanzliches Bindemittel.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
19.06.05 Hans60

Möhren Muffins 3 Ei

Zutaten für 9 Portionen
200 g Möhre(n)

3 Eiweiß

3 Eigelb

90 g Zucker, braunen
2 Msp. Zimt
75 g Haselnüsse
1 TL Backpulver
75 g Mehl

Zubereitung

Möhren schälen und fein raspeln. Eigelb mit Zucker und 3 EL heißem Wasser cremig rühren. Möhren unterheben. Zimt, Nüsse, Backpulver und Mehl mischen und mit dem Ei-Möhren-Gemisch vermengen. Eiweiß steif schlagen und unter das Möhrengemisch unterheben. In eine Muffinsform einfüllen. Bei 160 Grad 20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
05.12.02 Niciha

Möhren Nuss Muffins 2 Ei

Zutaten für 12 Portionen
1 Tasse Zucker
1 TL Natron
½ TL Backpulver
1 TL Vanillezucker
½ Tasse/n Mehl (Vollwert)
1 Tasse Walnüsse, gehackt
½ TL Salz

2 Ei

¾ Tasse Öl

1 Tasse Möhre(n), gerieben

Zubereitung

Vermische die trockenen Zutaten miteinander. Vermische die feuchten Zutaten miteinander. Mische alles zusammen. In Muffinförmchen verteilen. Bei 190°C 20 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Die Garzeit ist bei jedem Herd anders, daher Stäbchenprobe machen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

05.05.05 fatma4

Möhrenkuchen oder - Muffins 5 Ei

ohne Mehl und Fettzugabe

Zutaten für 1 Portionen

4 große Ei(er), oder 5 kleinere, getrennt

220 g Zucker

250 g Möhre(n), fein gerieben

250 g Haselnüsse, gerieben, auch andere Nüsse oder Mischung

1 Pck. Vanillinzucker

½ Pck. Backpulver

1 Msp. Zimt

4 EL Rum

Fett und Semmelbrösel für die Form

Zubereitung

Eiweiß steif schlagen, restliche Zutaten zügig mischen. Eischnee unterheben. Kuchenform von 26-cm-Durchmesser oder Kastenform oder Muffinförmchen fetten, mit Semmelbröseln bestreuen, Teig einfüllen. Bei Ober-/Unterhitze 175°C ca. 45-50 Minuten (Kuchen) bzw. 25-30 Minuten (Muffins) backen. Stäbchenprobe machen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

14.05.05 ashpazi

Saftige Möhren Muffins 4 Ei M

Zutaten für 18 Portionen

250 g Möhre(n)

175 g Butter, weiche

125 g Zucker

1 Pkt. Vanillezucker

4 Ei

300 g Mehl

1 Pkt. Backpulver

100 g Haselnüsse, gemahlen

7 EL Milch

Zubereitung

Möhren schälen, waschen und raspeln. Butter, Zucker und Vanillinzucker cremig rühren. Eier einzeln unterrühren. Mehl, Backpulver und Nüsse mischen und unterrühren. Milch und Möhren unterrühren. Je 2-3 Papier Backförmchen ineinander setzen. Zu 2/3 mit Teig füllen. Im vorgeheizten Backofen (175 Grad) 25-30 Minuten backen. Herausnehmen, abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

08.11.01 Simone Hefner

Backwaren Torten

Aargauer Rübliorte 5 Ei

Eine Karottenspezialität aus der Schweiz (Kanton Aargau)

Zutaten für 10 Portionen

200 g Zucker

300 g Mandeln, geraspelt

300 g Möhre(n) (Rübli, Karotten), geraspelt

5 Ei(er)

½ Zitrone(n), Saft und abgeriebene Schale

60 g Mehl

1 EL Kirschwasser

1 TL Backpulver

1 Prise Salz

Zubereitung

Kuchenform (24 cm) ausbuttern und leicht bemehlen. Eigelb und Eiweiß trennen. Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen, bis der Zucker sich weitgehend aufgelöst hat, nacheinander Zitronenschale, Mandeln, Rübli, Zitronensaft, Mehl mit Salz und Backpulver, Kirsch zugeben, gut mischen. Eiweiß steif schlagen, vorsichtig unterziehen. Sofort in die Kuchenform einfüllen und im auf 165 Grad C vorgeheizten Ofen während 1 Stunde backen.

Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben (oder mit einem Zuckerüberzug aus 150 g Puderzucker mit 1 Esslöffel Zitronensaft glatt verrührt); eventuell mit Rübli aus Marzipan dekorieren! Schmeckt am Besten einen Tag nach der Herstellung.

19.5.04 Broth CK

Aargauer Rübliorte 6 Ei

(Schweiz)

250 g Zucker;
250 g Mandeln; geraspelt,
250 g Rübli; d.h. Möhren , Karotten, geraspelt,

6 Ei,

1/2 Zitrone; Saft und abgeriebene Schale,
50 g Mehl,

1 Ei Kirsch,

1 TI Backpulver,

1 Spur Salz

Mit dieser Menge ist der Kuchen ziemlich süß: man kann die Zuckermenge durchaus um 1/5 bis 2/5 reduzieren: am besten, ausprobieren !

Kuchenform (24 cm) ausbuttern und leicht bemehlen.

Eigelb und Eiweiß trennen. Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen, bis der Zucker sich weitgehend aufgelöst hat, nacheinander, Zitronenschale, Mandeln, Rübli, Zitronensaft, Mehl mit Salz und Backpulver, Kirsch zugeben, gut mischen. Eiweiß steif schlagen, vorsichtig unterziehen. Sofort in der Kuchenform einfüllen und im auf 165 Grad C vorgeheizten Ofen während 1 Stunden backen.

Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

Oder mit einem Zuckerüberzug aus 150 g Puderzucker mit 1 Esslöffel Zitronensaft glatt verrührt), und mit Karotten aus Marzipan dekoriert.

Oder mit einer Mischung aus Puderzucker und gemahlene Haselnüsse

Apfel Möhrentorte 4 Ei

glutenfrei

Zutaten für 1 Portionen

100 g Butter, weich

100 g Zucker

4 Ei getrennt

100 g Maismehl

½ TL Backpulver

125 g Mandeln, gerieben

200 g Möhre(n), gerieben

600 g Äpfel

2 Ei Zitronensaft

50 g Aprikosenkonfitüre

Fett für die Form

Zubereitung

Alle Äpfel schälen und vierteln, einen zusammen mit den Möhren reiben, die anderen in Scheiben schneiden. Mit 1 Ei Zitronensaft beträufeln.

Butter und Zucker schaumig rühren, nach und nach die Eigelbe unterrühren, dann das mit Backpulver gesiebte Maismehl und die Mandeln untermischen. Steif geschlagenen Eischnee und zum Schluss das Möhren-Apfelgemisch unterziehen.

In gefettete 28 cm-Springform füllen und glatt streichen. Die Apfelscheiben rosettenförmig darauf anordnen und mit dem restlichen Zitronensaft bestreichen. Bei 180 Grad ca. 40-45 Minuten backen. Noch heiß mit erhitzter Konfitüre bestreichen.

Ergibt einen saftigen, nicht sehr süßen Kuchen mit leuchtend gelber Farbe.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

21.12.04 angie17

Karottentorte 5 Ei + 2 Eiweiß

1 Springform mit 28 cm Ø

Zutaten:

5 Eigelb

150 g Puderzucker

1 Vanilleschote (ausgekratztes Mark davon)
1 Zitrone (abgeriebene, unbehandelte Schale davon)
75 g Mehl
1 Msp. Backpulver
150 g Mandeln, gemahlen
150 g Haselnüsse, gemahlen
250 g Karotten, geschält

5 Eiweiß

150 g Zucker
Butter und Brösel für die Form

Zubereitung:

Die Eigelbe mit dem gesiebten Puderzucker sehr schaumig aufschlagen. Das Vanillemark begeben und kurz mit aufschlagen. Die abgeriebene Zitronenschale ebenfalls begeben. Das Mehl mit dem Backpulver sieben und mit den gemahlenden Mandeln und Haselnüssen vermischen. Die Karotten schälen, fein reiben und ebenfalls unter die Masse rühren. Das Eiweiß mit dem Zucker steif aufschlagen, unter die Grundmasse heben und in die zuvor gebutterte und mit Bröseln ausgestreute Springform füllen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad ca. 45 Minuten backen.

Glasur:

2 Eiweiß

200 g Puderzucker
1 Limette (Saft davon)
100 g Mandeln, gehobelt und geröstet

Zubereitung:

Das Eiweiß mit dem Puderzucker aufschlagen und mit Limettensaft abschmecken. Die ausgekühlte Torte damit dünn einstreichen und den Rand mit gehobelten Mandeln verkleiden. Die Torte mit kleinen "Marzipankarotten" garnieren.

Möhren Sahnetorte 6 Ei M

Für 16 Stücke
250 g Möhren schälen, raspeln.

6 Ei trennen,

Eiweiß steif schlagen
Eigelbe,
200 g Honig,
4 EL Wasser cremig schlagen. Die Möhren,
200 g gem. Mandeln,
100 g Mehl,
1 TL Backpulver und Eischnee unterheben. Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Kuchen in einer gefetteten Springform (Ø 26 cm) ca. 50 Min. backen und in der Form abkühlen lassen. Stürzen. Dann in 2 Böden teilen, mit 100 ml Orangensaft tränken.

375 ml Sahne mit

1 Pck. Vanillinzucker süßen. Steif schlagen.

2 Orangen dick abschälen, würfeln unterheben. Den Kuchen damit füllen. Mit Mandel- oder Haselnussblättchen und Orangenzesten garnieren.

Zubereitung: 45 Min.

Backen. 50 Min.

KJ/kcal p. St.- 1.113/265

Lea Nr. 50/03

Möhrentorte 7 Eigelb + 5 Eiweiß

Zutaten für 12 Portionen

7 Eigelb

200 g Zucker

1 Prise Salz

120 g Nüsse, geriebene

50 g Semmelbrösel

50 g Mehl

1 TL Backpulver

5 Eiweiß

100 g Zucker

1 Prise Zimt

120 g Mandeln, geriebene

200 g Möhre(n), gerieben

Zubereitung

Eigelb mit Zucker schaumig schlagen und Salz und Zimt zugeben. Möhren, Nüsse und Mandeln zugeben. Semmelbrösel mit Mehl und Backpulver mischen und unterrühren. Eiweiß steif schlagen, Zucker langsam dazugeben und unterheben.

In eine gefettete, gebröselte Springform geben und im vorgeheizten Ofen bei 175 Grad ca. 45 -55 Minuten backen.
Nach dem Auskühlen mit Schokoladenguss oder Zuckerguss überziehen und mit kleinen Marzipanmöhren garnieren.
Der Kuchen hält sich sehr lange frisch,

24.2.02 Moorhenne CK

Möhrentorte Felix 4 Ei

Zutaten für 16 Portionen

175 g Butter, weich (oder Margarine)

250 g Zucker

1 Prise Salz

4 Ei

150 g Mandeln, gemahlen

1 TL Orange(n) - Schale, unbehandelt, gerieben

6 El Orangensaft

375 g Möhre(n), gerieben

3 El Rum

250 g Mehl

1 Pck. Backpulver

Fett und Semmelbrösel für die Form

250 g Puderzucker

1 TL Orange(n) - Schale, unbehandelt, gerieben

3 El Kirschwasser

3 El Rum

Zubereitung

Rührteig bereiten, dabei die Eier trennen und den steifen Eischnee zuletzt unterziehen. In gefetteter und gebröselter 26 cm Springform bei 175 Grad ca. 50 min backen. Erkalten mit Guss beziehen.

Wer keine Mandeln verwenden möchte, kann diese wie folgt ersetzen durch:

- 75 g Mehl und 75 g Speisestärke
- 2 P. Puddingpulver und 70 g Mehl
- 75 g Mehl und 75 g Gries
- 50 g Mehl und 100 g feine Haferflocken
(evtl. bei diesen Varianten etwas mehr Flüssigkeit nehmen)

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

17.10.03 angie17

Möhrentorte I 4 Ei

Zutaten

4 Eigelb

3 EL warmes Wasser
100 g Puderzucker
1 EL Kirschwasser
1 TL Zimt
3 EL Semmelbrösel
250 g Möhren, fein geraspelt

4 Eiweiß

75 g Zucker
250 g Haselnüsse, gemahlen
1 Päckchen Backpulver, gesiebt
50 g Mandelblättchen, geröstet

120 g Aprikosenkonfitüre
70 g Zucker
4 EL Wasser
1 EL Zitronensaft

Marzipanmöhren zum Garnieren

Zubereitung

Ofen auf 180 °C vorheizen. Springform (26 cm Durchmesser) mit Backpapier auslegen.

Eigelb mit Wasser und Puderzucker gut schaumig rühren. Kirschwasser, Zimt, Semmelbrösel und Möhren darunter mischen.

Eiweiß steif schlagen, Zucker löffelweise einrieseln lassen und sehr fest aufschlagen. Eischnee auf die Schaummasse gleiten lassen, Haselnüsse und Backpulver darüber geben. Alles locker vermischen, in die Form füllen, etwa eine Stunde backen. Aus der Form nehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

In einem kleinen Topf Aprikosenkonfitüre, Zucker, Wasser und Zitronensaft aufkochen und um ein Drittel einkochen, durch ein Sieb streichen. Die heiße Glasur sehr dünn auf das ausgekühlte Gebäck auftragen. Mindestens 2 Stunden antrocknen lassen.

Den Rand mit Mandeln betreuen und mit Marzipanmöhren garnieren.

Möhrentorte II 4 Ei M

4 Eigelb

2 Essl. Heißes Wasser

200 g Honig

2 Essl. Rum

100 g Weizenvollkornmehl

1 geh. TL Backpulver

200 g Mandeln, gerieben

200 g Karotten, gerieben

4 Eiweiß (zu Eischnee geschlagen)

Füllung

200 g Sahne

3 Essl. Sanddornsaft mit Honig oder Dessertsauce
Sanddorn-Orange

Belag

200 g Sahne

40 g Gehobelte Mandeln

10 g Butter

(1) Das Eigelb mit dem heißen Wasser schaumig schlagen und langsam den Honig und den Rum dazugeben, noch ca. fünf Minuten gut schlagen. (2) Über die Eigelbcreme nun das feingemahlene, mit Backpulver vermengte Weizenvollkornmehl geben, darüber die geriebenen Mandeln und die geriebenen Karotten. Den Eischnee und alles andere vorsichtig unterziehen. Nicht mehr rühren! (3) In eine gut gefettete, gebröselte Springform einfüllen und im vorgeheizten Ofen bei 175°C auf der untersten Schiene ca. 35-40 Minuten backen. (4) Nach dem Backen auskühlen lassen, zweimal durchschneiden. Den Sanddornsaft unter die steif geschlagene Sahne mischen und damit die Torte füllen. (5) Die Torte mit der restlichen geschlagenen Sahne bestreichen und verzieren. Darauf die in Butter leicht gebräunten Mandelblättchen verteilen.

Zubereitungsdauer:

40 Minuten und 35 Minuten Backzeit

KJ: 11574, kcal: 2762, E: 81 g, F: 159 g, KH: 233 g, Ba: 23 g, Chol:

2700 mg

QUELLE Gerlinde Deininger, Ährensache, Bad Aibling

Möhrentorte mit Kokosraspeln und Zimt 6 Ei

Zutaten für 12 Portionen

500 g Möhre(n)
200 g Kokosraspel
100 g Haselnüsse, (gemahlen)
75 g Mehl
2 TL Backpulver
125 g Zucker oder Honig

6 große Ei

1 Zitrone(n), (unbehandelt)
Zimt

Zubereitung

Möhren putzen, grob raffeln (für die Küchenmaschine mittlere Scheibe wählen). Eigelb und Eiklar trennen. Das Eigelb mit dem Zucker und dem Zitronensaft schaumig schlagen. Geraffelte Möhren, Kokosraspel, Mehl, Backpulver, Haselnüsse, Zimt, etwas geriebene Zitronenschale gut vermengen und unter die Eigelb-Zucker-Masse rühren.

Eiklar sehr steif schlagen, den Schnee unter die Teigmasse heben. Backform (Springform: 26 cm) ausfetten, mit Teig füllen und 50 bis 60 Minuten bei 175 Grad (Ober/Unterhitze) backen.

Anstelle der Kokosraspeln können auch geröstete Mandelblättchen genommen werden.

Brennwert p. P.: 271

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

09.03.04 belladonna01

Rübli Torte 5 Ei

(Karotten- Möhrenkuchen)

Zutaten für 12 Portionen

200 g Zucker

5 Eigelb

5 Eiweiß (zu Eischnee)

50 g Mehl
200 g Karotte(n), fein geriebene (Rübli)
200 g Mandeln, geriebene
1 Pkt. Backpulver
1 EL Zitronensaft
Puderzucker, zum Bestäuben

Zucker - bzw. Marzipankarotten als Deko

Zubereitung

Zucker und Eigelb schaumig schlagen, Zitronensaft begeben. Fein geriebene Rübli, Mandeln, Mehl und Backpulver hinzufügen. Einschnee zuletzt locker darunter rühren.

In bebutterte Springform füllen.

Im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad ca. 50 - 60 min backen.

Wenn der Kuchen abgekühlt ist, kann man ihn entweder nur mit Puderzucker bestäuben oder den Puderzucker mit Milch anrühren und drauf geben. Ganz zum Schluss kommen noch Zucker- oder Marzipankarotten als Deko obendrauf.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

19.09.03 clody

Rübli Torte 5 Ei M

250 g Karotten

5 Eigelbe

200 g Zucker

5 Eiweiß

1 Prise Salz

200 g Haselnüsse gerieben

Zesten einer Orange

50 g Mehl

50 g Panierbrot

1 Msp. Zimtpulver

25 g Rum

Butter und Paniermehl zum Auskleiden der Förmchen

50 g Aprikosenmarmelade

100 g Zuckerguss (bestehend aus Puderzucker, einem Spritzer Zitronensaft und wenig heißem Wasser)

8 Mini-Karotten

2 Orangen

1 Msp Pektin

Joghurteis und Minze

Karotten schälen und sehr fein raspeln. Eigelbe mit 100 g Zucker dick schaumig schlagen. Eiweiß mit dem Salz und dem restlichen Zucker (nach und nach zufügen!) steif schlagen. Die Hälfte des Eiweißes unter das Eigelb heben.

Haselnüsse, Orangenzesten, Mehl, Paniermehl, Zimtpulver und Rum unter diese Eimasse heben. Danach das restliche Eiweiß unterheben. Soufflee - Förmchen oder kleine Springformen mit Butter und Paniermehl auskleiden. Masse einfüllen und im Ofen bei 160 C° ca. 30 Min. backen. Mit Aprikosenmarmelade, die zuvor erwärmt und passiert wurde, bestreichen und abkühlen lassen. Mit der Zucker-Glasur überziehen.

Als Garnitur Orangen filetieren und den Saft auffangen. Mini ? Karotten schälen und blanchieren. Orangensaft mit Pektin binden und Karotten und Orangenfilets daruntermischen.

Dazu Joghurteis und frische Minze reichen.

Rübli Torte 6 Ei M

300 g Möhren,

6 Ei,

350 g Zuckerrohrgranulat,

350 g gem. Mandeln,

abger. Schale einer unbehandelten Zitrone,

1/2 TL Zimt,

3 EL Weizen-Vollkornmehl,

Salz,

125 g Sahne,

3 EL Sanddornsirup

Springform Ø =28 cm, gefettet, mit ger. Mandeln bestreut

Die Möhren waschen, dünn schälen und auf der Rohkostreibe raspeln. Die Form fetten und mit Mandeln ausstreuen. Den Backofen auf 190 Grad vorheizen. Die Ei trennen. Die Eigelbe mit dem Zuckerrohrgranulat schaumig rühren, die Möhren, die Mandeln, die Zitronenschale und den Zimt sowie das Mehl unterziehen. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz steif schlagen, unter den Teig heben, diesen in die Form füllen und im Backofen (Mitte) etwa 1 Stunde backen, dabei nach etwa 40 Minuten mit Pergamentpapier bedecken. Die Torte auskühlen lassen. Die Sahne steif schlagen, mit dem Sanddornsirup mischen und die kalte Torte damit überziehen.

Rüblitorte 3 Eigelb + 8 Eiweiß

BACKZEIT: CA. 45 MIN.
16 STÜCKE
CA. 174 KCAL - 1 BE

3 Eigelb

3 EL warmes Wasser
130 g Fruchtzucker
1 Prise Salz
1 Prise gemahlener Zimt
1 Prise gemahlene Nelken
2 cl Kirschwasser
50 g Vollkornzwieback (Diätprodukt)
120 g geriebene Haselnüsse
120 g geschälte geriebene Mandeln
50 g Weizenmehl Type 1050
2 geh. TL Backpulver
180 g Möhren

8 Eiweiß

1. Die Eigelbe mit Wasser, Fruchtzucker, Salz, Zimt, Nelken und Kirschwasser in einer Schüssel verrühren. So langeiterrühren, bis die Masse schaumig ist.
2. Den Vollkornzwieback fein mahlen und mit Haselnüssen, Mandeln, Mehl und Backpulver mischen. Die Möhren Putzen, waschen und fein reiben. Die Eiweiße sehr steif schlagen; ein Messerschnitt sollte sichtbar bleiben.
3. Die Hälfte des Eischnees unter die Eigelbmasse heben. Dann die Nu& Mehl-Mischung und die geriebenen Möhren darunter heben. Zum Schluss vorsichtig den restlichen Eischnee unter die Masse heben.
4. Den Teig in eine ausgefettete, mit Paniermehl ausgestreute Springform füllen. Den Kuchen bei 175°C etwa 45 Minuten backen. Abgedeckt auf einem Gitter auskühlen lassen.
5. Den erkalteten Kuchen gut verpacken und mindestens zwei Tage ruhen lassen. Dann erst entfaltet sich das Aroma der Gewürze.

Verzierung

Die Torte mit 50 g Fruchtzuckerglasur bestreichen. 16 Marzipanmöhren herstellen und auf der Torte verteilen. CA. 223 KCAL - 1,5 BE

Fruchtzuckerglasur

100 GRAMM

PRO 100 G CA. 499 KCAL - 6,5 BE

80 g Fruchtzucker

2 EL Biskin (ca. 40 g)

1. Aus dem Fruchtzucker entsprechend der vorherigen Anweisung Puderzucker herstellen.

2. Das Biskin in einem Topf schmelzen und etwas abkühlen lassen. Den Puderzucker unter ständigem Rühren dazugeben. r 3. Die Fruchtzucker-
glasur gleich nach dem Abkühlen verbrauchen. Soll sie länger flüssig bleiben, dann den Topf ins Wasserbad stellen. Ist die Glasur fest geworden, lässt sie sich nicht wieder streichfähig machen.

Variation

Sie können den Geschmack der Fruchtzuckerglasur verfeinern, indem Sie Aromenpulver (z. B. Vanille- oder Zitronenschalenaroma) darunter rühren. Verwenden Sie keine flüssigen Aromen, da sich sonst Fett und Zucker trennen und die im Glasur nicht wieder glatt zurühren ist.

Rüblitorte 5 Ei + Eiweiß

das Original aus der Schweiz

Zutaten für 12 Portionen

Für den Teig:

80 g Mehl

250 g Zucker

5 Ei

1 Zitrone(n), die Schale

250 g Mandeln, gemahlene

300 g Möhre(n)

Salz

Zimt

Nelken, gemahlen

2 TL Backpulver

2 EL Kirschwasser oder Zitronensaft

Für die Glasur:

250 g Puderzucker

Kirschwasser oder Zitronensaft

evtl. Eiweiß

20 Marzipan - Möhren

Zubereitung

Die Möhren waschen, schälen und fein raspeln. Eigelb, Zucker und Zitronenschale cremig rühren. Je eine Prise Zimt, Nelkenpulver und Salz, sowie Mandeln, Backpulver und das Mehl miteinander vermengen. Die Mischung samt Möhren unter die Eiercreme rühren, danach Kirschwasser, bzw. Zitronensaft, hinzufügen.

Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter den Teig heben.

Die Mischung in einer Springform (26cm Durchmesser) im vorgeheizten Ofen bei 180° ca. 50 Minuten backen. Auskühlen lassen.

Die Glasur anrühren und den Guss auf der Torte verteilen. Zuletzt mit den Marzipanmöhren verzieren.

21.8.03 Erniedecuisine CK

Rüblitorte 8 Ei

Zutaten für 1 Portionen

8 Eigelb

300 g Zucker

1 Prise Salz

1 EL Zimt

5 EL Rum

1 kg Karotte(n)

1 Pck. Mandeln, gemahlen

1 Pck. Haselnüsse, gemahlen

50 g Semmelbrösel

50 g Mehl

1 Pck. Backpulver

8 Eiweiß

2 Pck. Puderzucker

Rum

Marzipan - Karotten

Zubereitung

Karotten schälen und fein reiben. Eiweiße steif schlagen und zur Seite stellen. Eigelbe mit Zucker, Salz, Zimt und Rum schaumig schlagen. Die Karotten, Nüsse, Mandeln, Semmelbrösel und Mehl mit Backpulver untermischen. Den Eischnee vorsichtig unterheben. Eine große Springform mit Margarine und Semmelbröseln gut auskleiden. Masse einfüllen und glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen auf der 2. Schiene von unten bei 190 Grad ca. 60 Minuten backen. Kuchen auskühlen lassen.

Den Puderzucker mit Rum in einem Topf erwärmen (so gibt es keine Klümpchen). Wenn er etwas abgekühlt ist, ringsum auf den Kuchen geben. Kurz vor dem Servieren Marzipan-Karotten auf den Kuchen geben, evt. die Unterseite mit einem Pinsel befeuchten.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
25.07.05 Cindylue

Rüblitorte 8 Eiweiß + 7 Eigelb (Möhren)

7 Eigelb,

250 g Vollrohrzucker,
1 Prise Jodsalz,
3 El. Apfelsaft,
200 g Rübli,
150 g gemahlene Mandeln,
100 g gemahlene, Haselnüsse,
50 g Vollkorn-Semmelbrösel,
50 g Dinkel-Vollkornmehl ,
1 1/2 Tl. Backpulver,

8 Eiweiß,

Eine Hasenform sorgfältig einfetten und mit Bröseln ausstreuen. Den Backofen auf 190°C vorheizen. Für den Teig die Eigelbe mit 200 g Zucker, dem Salz und dem Apfelsaft schaumig rühren. Die Rübli fein raspeln und mit den Nüssen und den Semmelbröseln zu der Eigelbmasse geben. Das Mehl mit dem Backpulver mischen, darauf geben und alles gut verrühren. Die Eiweiße mit dem restlichen Zucker sehr steif schlagen und vorsichtig mit einem Schneebesen unter den Teig heben. Den Teig in die Form füllen und glatt streichen.
Im Backofen 45 Min. backen.

Rüblitorte Möhren 6 Ei

Zutaten:
für eine Springform von 26 cm Ø

6 Ei

250 g Zucker / 160 g
1 Zitrone

1 Prise Salz
300 g Mandeln
300 g Rübli + 30 g
80 g Mehl/Buchweizen
½ Paket Backpulver

Zubereitung:

Zucker und Eigelb schaumig rühren, Zitronensaft und - Rinde, Salz, die feingeriebenen Mandeln und Rübli und das gesiebte Mehl und Backpulver beifügen, den geschlagenen Eierschnee leicht darunter ziehen. Die Masse in eine mit Fett ausgestrichene und mit Mehl bestäubte Form geben und im vorgewärmten Ofen bei 180 °C etwa 1 bis 1 ¼ Stunden backen.

Tipp:

Verzieren mit Puderzucker oder Zuckerguss und Marzipanmöhrrchen. Je nach Geschmack kann Rum(Aroma) noch dem Teig beigefügt werden.

Meiner Tochter könnte ich diese Torte jeden Tag machen und wie du siehst, hat es ganz wenig Mehl drinnen. Es ist köstlich!
Ich wünsche Dir gutes Gelingen!

Rüblitorte Saftige (ohne Zuckerzusatz) 7 Ei M

Nuss - Möhrenkuchen
Zu taten für 12 Portionen
400 g Möhre(n), frische
200 g Mandeln, gemahlen
200 g Haselnüsse, gemahlen
1 Pck. Backpulver

7 Ei

1 Zitrone(n), unbehandelt, abgeriebene Schale
3 EL Orangensaft, frisch gepresster
10 EL Saft (Agavendicksaft)
1 Prise Salz
etwas Butter, zum Einfetten der Backform
120 g Marzipan (Honig-Marzipan)
etwas Kakaopulver
etwas Puderzucker

150 g Kuvertüre, Zartbitter

1 TL Fett (Kokosfett)

Zubereitung

Möhren vom Grün befreien und dieses für die Verzierung beiseite legen. Möhren waschen, putzen, dünn schälen, und fein raspeln. Mandeln, Haselnüsse und Backpulver in eine Schüssel geben und gut verrühren. Eier trennen. Eigelbe mit Zitronenschale, Zitronensaft und der Hälfte des Agavendicksaftes mit dem Handrührgerät etwa 5 Minuten cremig schlagen. Dann nach und nach die Nüsse sowie den restlichen Agavendicksaft unterrühren. Möhrenraspeln unterheben. Eiweiße mit einer Prise Salz steif schlagen und mit einem Schneebesen vorsichtig unter die Teigmasse heben.

Springform (26 cm Durchmesser) einfetten und den Boden mit passendem Baktrennpapier auslegen. Teig in die Form füllen, glatt streichen und auf der mittleren Leiste in den Backofen schieben. Bei 200 Grad Celsius (Heißluft 180 Grad) ca. 55 Minuten backen. Nach 30 Minuten den Kuchen abdecken (mit Kuchenblech oder Baktrennpapier) damit er nicht zu dunkel wird. Kuchen nach dem Backen auf ein Gitter stürzen, Baktrennpapier abziehen, Kuchen abkühlen lassen.

Marzipan-Möhren zur Verzierung:

Honig-Marzipan in 12 gleich große Stücke zerteilen. Aus den Marzipanstücken gleich große Möhrchen formen, diese mit einem Messer einritzen und im Kakaopulver wälzen, so dass sie "erdig" aussehen. Vom Grün der echten Bundmöhren 12 kleine Sträußchen abzupfen, waschen und in die Marzipanmöhren stecken. Die Kuchenstücke mit den Möhren verzieren.

Nach Wunsch kann der Kuchen vor dem Verzieren mit den Möhrchen noch mit Puderzucker bestäubt, oder mit Schokoguss (150g Zartbitterkuvertüre mit 1 TL Kokosfett im Wasserbad schmelzen) überzogen werden.

17.1.01 Fluxes

ich habe den Kuchen jetzt 2x gemacht und jedes Mal ist er pampig geblieben. Das ist ärgerlich.....stimmt da was nicht am Rezept?
simira

hallo simira

Ich glaube dir, dass der Kuchen nicht richtig war, es fehlt ja die Bindung, mische 100 gr. Mehl darunter. Ich kenne das zwar nicht mit dem Saft, sondern nur mit 250-300 gr. Zucker.

Grüße

Monica

Kommentar vom 22.06.04 - 13:26

Fluxes

Ihr habt recht, durch den Zuckerersatz-Saft wird der Kuchen schnell zu weich - bitte mit Mehl binden oder eben doch Zucker nehmen. Sorry!

Saftige Möhrentorte 6 Ei

Zutaten:

250 g kleine Möhren,
100 g Mehl,
300 g gemahlene Mandeln,

6 Eigelbe,

6 Eiweiße,

1 Prise Salz,
abgeriebene Zitronenschale,
100 g + 150 g Zucker,
etwas Butter,
Semmelbrösel,
150 g Aprikosen-Konfitüre,
100 g Puderzucker,
etwas Zitronensaft,
50 g Mandelblättchen

Möhren schälen, fein reiben, mit Mehl und Mandeln mischen. Eigelb, Zitronenschale und 100 g Zucker zu feinem Schaum schlagen. Die Form einfetten, mit Semmelbrösel austreuen. Eiweiß und Salz zu Schnee schlagen. 150 g Zucker einrieseln lassen, festen Schnee schlagen. Eigelbcreme und Mehlmischung zufügen und darunter ziehen. Teig in die Form geben und glätten, auf Mitte in den heißen Ofen schieben und backen. Abkühlen lassen. Die Möhren auf der fertigen Torte dekorieren. Torte mit heißer Marmelade bestreichen, mit Glasur aus Puderzucker und Zitronensaft bedecken. Angeröstete Mandeln an den Rand drücken. Backofen 175 Grad C (Gas Stufe 3) etwa 60 Minuten backen Tipp: Torte umgedreht und auf dem Rand der Form stehend über Nacht ruhen lassen, dann aus der Form lösen und den glatten Boden als decke nehmen

Saftige Möhrentorte mit Zuckerguss 5 Ei

Zutaten für 12 Stücke:

250 g Möhren,

5 Ei

300 g Zucker
1 Pck. Zitronenaroma
75 g Mehl,
1 TL Backpulver
150 g gem. Haselnusskerne
150 g gem. Walnusskerne

400 g Puderzucker
200 g Marzipanrohmasse
rote und grüne Speisefarbe ?

Zubereitung.

Möhren raspeln, Ei trennen, Eigelb mit Zucker schaumig schlagen. Zitronenaroma zufügen. Mehl und Backpulver unterheben. Möhren und Nüsse zugeben. Eiweiß steif schlagen, unterrühren.

Teig in eine gefettete Springform (26 cm) füllen. Im Backofen auf unterster Schiene ca. 55 Min. backen. Torte aus der Form lösen, auskühlen lassen.

200 g Puderzucker mit 3 EL heißem Wasser glatt rühren, Torte damit bestreichen, Marzipanrohmasse mit restl. Puderzucker verkneten. 2/3 des Marzipans mit roter, 1/3 mit grüner Speisefarbe einfärben. Aus der roten Masse 12 kleine Möhren, aus der grüne se das Blattwerk formen, Die damit verzieren.

Zubereitung: etwa 60 Min.

Elektro: 200°

Gas: Stufe 2

Heißluft: 180°

Extra: Deko Karotten gibt es als Fertigprodukt

Schoko Möhrentorte 4 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

100 g Schokolade, zartbitter

100 g Butter

4 Ei

80 g Zucker

100 g Mandeln, gemahlen

100 g Semmelbrösel

100 g Möhre(n), fein raspelt

1 TL Puderzucker

1 Prise Salz

Zubereitung

Ofen auf 170 Grad vorheizen (Umluft). Schokolade in Stücke brechen und schmelzen. Butter schaumig rühren, dann aufgelöste Schokolade nach und nach unterrühren.

Eier trennen, Eigelb mit Zucker schaumig rühren und unter die Schoko-Butter-Masse ziehen. Mandeln und Semmelbrösel untermischen. Eiweiß mit Salz steif schlagen und mit den Möhren unter den Schoko-Teig heben. Den Teig in eine gefettete Springform füllen und auf mittlerer Schiene 40 Min. backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

Tipp: Wenn man von allen Zutaten 50% mehr nimmt, kann man den Kuchen auf einem Blech backen (auch 40 Min.) und damit noch mehr Schleckermäuler stopfen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.10.04 pingu41269

Backwaren **Pikante**

Amarantpuffer **1 Ei**

(siehe auch: Info zu Amarant)

Zutaten für 8-10 kleine Puffer - für 3-5 Personen

100 g Amarant,
200 ml Gemüsebrühe,
1 Lorbeerblatt,
1 kleine Möhre,
1 Frühlingszwiebel,

1 Ei,

3-5 EL (25 g) Vollkorn-Semmelbrösel,
Salz,
Pfeffer,
Paprika,
1 TL getrockneter Oregano,
3 EL Fett zum Braten

Zubereitung:

1. Den Amarant am besten über Nacht in der Gemüsebrühe einweichen und zusammen mit dem Lorbeerblatt in der Brühe ca. 45 Minuten weich kochen. (siehe auch Herstellerangaben!) Das Getreide über einem Sieb abtropfen lassen.
2. Die Möhre schaben, waschen und fein reiben. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Den Amarant mit dem Ge-

müse, dem Ei und so viel Semmelbröseln vermischen, bis ein saftiger Teig entsteht. Mit den Gewürzen abschmecken.

3. Das Fett in einer Pfanne portionsweise erhitzen und nach und nach kleine Puffer ausbraten. (2-3 Minuten pro Seite). Große Puffer lassen sich schwer wenden, lieber viele kleine braten.

Dazu schmeckt ein Salat

Zubereitungszeit: ca. 75 Minuten ohne Einweichzeit

Bei 8 Stück: ca. 120 kcal (7 g Fett)

Bester Veggie Burger

Für 4 Personen

2 EL Öl

½ geraspelter Apfel

200 g grüne Bohnen

½ TL Chilipulver

½ TL Curry

1 geraspelte Karotte

½ kleine Dose Kichererbsen

1 Prise Pfeffer

½ TL Salz

½ cup Semmelbrösel

1 EL Tahini

½ cup Weizengrütze

1 geraspelte Zucchini

Die Bohnen kurz blanchieren und klein hacken.

Die Grütze mit 1 Tasse Wasser aufkochen und mit dem geraspelten Gemüse und den Bohnen vermengen.

Restliche Zutaten im Mixer vermengen und zur Grütze geben. Mit den Semmelbröseln verkneten, bis formbare Masse entsteht und diese ca. 1 Stunde kühl stellen.

Mit nassen Händen 4 Burger formen und von beiden Seiten braten.

Tipp:

Tahini kann durch Erdnussbutter ersetzt werden, ebenso kann das Gemüse nach Geschmack variiert werden.

Buchweizenschnitten 4 Ei M

8 Portionen

300 g Zwiebeln

250 g Möhren; (Karotten)
40 g Butterschmalz
1 Ei Thymian; (getrocknet)
300 g Buchweizen; (ganz)
1/2 l Gemüsebrühe
1 Knoblauchzehe
; Salz
; Pfeffer

4 Eier

1/4 l Sahne

4 Ei Buchweizengrütze
750 g Champignons
80 g Butter
2 Bund Schnittlauch

300 g Sahnejogurt

Zwiebeln würfeln, Möhren putzen, in dünne Scheiben schneiden.
Alles in 3/4 des Butterschmalzes mit Thymian 5 Min. dünsten.
Buchweizenkörner unterrühren und anrösten. Gemüsebrühe zugeben.
Mit durchgepresstem Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen, 10 Min.
zugedeckt auskühlen lassen.

Eigelb und Sahne verquirlen, unter die Masse rühren. Saftpfanne mit dem restlichen Fett ausstreichen, mit der Hälfte der Grütze ausstreuen. Masse einfüllen, glatt streichen. 10 Min. bei 200 Grad (Gas 3) backen.

Halbierte Pilze mit der restlichen Grütze in der Butter braten, salzen und pfeffern. Pilze auf der Masse verteilen, noch 20 Min. backen.

Dazu passt mit Schnittlauch verrührter Joghurt.

Feine Möhren Quiche 4 Ei M

FÜR 12 STÜCKE:

250 g Mehl,
150 g Butter,

4 Ei,

Salz
800 g Möhren,
1 Stiel Salbei,

125 ml Sahne,
schwarzer Pfeffer,

4 EL geriebener Parmesan-Käse,
Mehl zum Ausrollen,
Fett + Paniermehl für die Form,
Frischhaltefolie

1. Mehl mit 125 g Butter, einem Ei, 40-50 ml kaltem Wasser und etwas Salz glatt verkneten. Teig in Folie gewickelt circa 30 Minuten kühlen,
2. Möhren würfeln. 25 g Butter und 200 ml Salzwasser in einem Topf aufkochen, Möhren darin circa 12 Minuten garen. Salbeiblätter abzupfen.
3. Teig auf bemehlter Fläche rund (ca. 26 cm Ø) ausrollen, Eine gefettete, mit Paniermehl ausgestreute Form (24 cm Ø; mit herausnehmbarem Boden) mit dem Teig auslegen. Rand andrücken. Boden mehrmals einstechen. Möhren und Salbeiblätter darauf verteilen.
4. 3 Ei mit der Sahne verschlagen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eiersahne über die Möhren gießen und mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 175°C; Umluft: 150°C; Gas: Stufe 2) 25-30 Minuten backen.

Zeitaufwand: ca. 1 1/4 Stunden

Nährwert: pro Stück ca. 1130 kJ/270 kcal E 8 g, F 18 g, KH 18 g

Vida Nr. 1/04

Frühlings Quiche 3 Ei M

Teig
250 g Mehl; evtl. Vollkorn
1 Spur Salz

1 Ei

125 g Butter
Mehl; zum Ausrollen
Fett; für die Form

Füllung

1 Bd. Möhren; kleine
1 Bd. Lauchzwiebeln

125 g Schlagsahne

175 g Creme fraiche

2 Eier

150 g Emmentaler

1/2 Kopfsalat

Pfeffer; aus der Mühle

Muskat

Weizen, Salz, Ei und Butter verkneten, kalt stellen. Möhren und Zwiebeln schälen, 5 Minuten blanchieren. Creme fraiche, Eier, Käse, Salat (gehackt) verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Teig ausrollen, in gefettete Springform geben. Käsesahne und Gemüse auf den Teig geben. Bei 225GradC für 40-45 Minuten backen, evtl. nach 30 Minuten abdecken.

Gemüsekuchen 5 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

2 Zwiebel(n)

250 g Champignons, frisch

40 g Butter

Salz und Pfeffer

300 g Möhre(n)

300 g Bohnen, grüne

Bohnenkraut

2 Ei Mehl

5 Ei

100 g Käse (Gouda), mittelalt

Zubereitung

Die Zwiebeln halbieren und in feine Streifen schneiden. Die Pilze ebenfalls in feine Streifen schneiden. Beide in der Butter 5 Minuten braten. Mit Pfeffer und Salz kräftig würzen. Die Möhren in Scheiben schneiden. Die Bohnen in 6 cm lange Stücke schneiden. Die Möhren 8 Minuten in Salzwasser garen, dann die Bohnen 8 Minuten garen. Jeweils gleich mit kaltem Wasser abschrecken. Salzen und pfeffern, die Bohnen zusätzlich mit Bohnenkraut würzen. Das Mehl mit einem Ei verquirlen. Die übrigen Eier und den frischgeriebenen Käse zufügen. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Eine Kastenform (Länge 26 - 28 cm) mit Alufolie auslegen und ausbuttern. Möhren, Pilze und Bohnen schichtweise einfüllen. Dabei immer 4 Ei der Eiermasse darauf verteilen. Die übrige Eiermasse in die Form gießen. Bei

200 Grad 60 Minuten backen. Kurz auskühlen lassen und auf eine Platte stürzen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

10.01.02 Henriettinchen

Karotten und Orangen Kishka

Zutaten für 8 Portionen:

ca. 1 kg TK-Karotten, kleingewürfelt oder gerieben

250 g Zwiebeln, gerieben

1 TL Salz

1/2 TL gemahlener schwarzer Pfeffer

1 TL frisch geriebene Ingwerwurzel

Schale von 1 Orange

480 g Matzenmehl

120 g Margarine, geschmolzen

Petersilie zum Garnieren (optional)

Zubereitung:

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Alle Zutaten zusammen in einer großen Schüssel mischen. Beiseite stellen. Zwei große Stücke Folie (jedes 16-Inch groß) bereitstellen und aufeinanderlegen.

Die obere Folie mit Antihaft-Kochspray einsprühen. Karotten-Mischung in der Mitte der Folie zu einer langen, dicken Rolle formen. Die Folie um die Mischung rollen und die Enden schließen, indem man sie aufdreht. Rolle auf ein Backblech setzen und 1 Stunde backen. Ein paar Stunden abkühlen lassen, bevor man es serviert. Zu dienen. Bei 160 Grad für eine Stunde oder so wieder erhitzen, bevor man es auspackt und in Scheiben schneidet.

Dann mit einer Handvoll Petersilie bestreut servieren, wenn dies gewünscht wird.

Möhren Quiche 4 Ei M

FÜR 12 STÜCKE:

250 g Mehl,

150 g Butter,

4 Eier,

Salz

800 g Möhren,

1 Stiel Salbei,

125 ml Sahne,

schwarzer Pfeffer,

4 EL geriebener Parmesan-Käse,

Mehl zum Ausrollen,

Fett + Paniermehl für die Form,

Frischhaltefolie

1. Mehl mit 125 g Butter, einem Ei, 40-50 ml kaltem Wasser und etwas Salz glatt verkneten. Teig in Folie gewickelt circa 30 Minuten kühlen,

2. Möhren würfeln. 25 g Butter und 200 ml Salzwasser in einem Topf aufkochen, Möhren darin circa 12 Minuten garen. Salbeiblätter abzupfen.

3. Teig auf bemehlter Fläche rund (ca. 26 cm Ø) ausrollen, Eine gefettete, mit Paniermehl ausgestreute Form (24 cm Ø; mit herausnehmbarem Boden) mit dem Teig auslegen. Rand andrücken. Boden mehrmals einstechen. Möhren und Salbeiblätter darauf verteilen.

4. 3 Eier mit der Sahne verschlagen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eiersahne über die Möhren gießen und mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 175°C; Umluft: 150°C; Gas: Stufe 2) 25-30 Minuten backen.

Zeitaufwand: ca. 1 1/4 Stunden

Nährwert: pro Stück ca. 1130 kJ/270 kcal E 8 g, F 18 g, KH 18 g

Vida Nr. 1/04

Möhren Thymian Quiche 5 Ei M

200 g Mehl

1 Prise ;Salz

2 Eier; (1)

1 El Olivenöl

500 g Karotten

150 g Rote Zwiebeln

1 Bund Thymian

3 Eier; (2)

100 g Bergkäse; gerieben

200 g Sahne

Cayennepfeffer
2 Ei Sonnenblumenkerne
;Mehl, zum Ausrollen
;Öl, für die Form

Das Mehl mit Salz, Eiern (1) und dem Öl zu einem glatten geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Die Karotten schälen, putzen und auf der Rohkostreibe mittelfein raspeln. Die Zwiebeln schälen und sehr fein hacken. Den Thymian waschen, trocken schwenken und die Blättchen von den Stielen streifen.

Die Eier (2) mit dem Käse und der Sahne verquirlen und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Den Teig nochmals durchkneten, dann auf wenig Mehl ausrollen. Die Form mit Öl ausstreichen und mit dem Teig auskleiden, dabei einen Rand von etwa 3 cm hochziehen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Die Karotten mit den Zwiebeln und dem Thymian sorgfältig mischen, mit Salz und Cayennepfeffer würzen und auf dem Teigboden verteilen. Die Eiersahne darüber gießen und mit den Sonnenblumenkernen bestreuen.

Die Quiche im heißen Ofen in etwa 40 Minuten backen, bis sie schön gebräunt ist.

Robot Waffeln + Gemüsekekchen 3 Ei

Teig :

3 Ei (je 50 g ca) NT-Reis (Mittelkorn) +
3 Ei Maiskörner (kein Popkorn) +
3 Ei Amaranthkörner +
200 g Buchweizenkörner +
8 bittere + 32 süße Mandeln +
5 Pfefferkörner zusammen gemahlen

1 TI Kurkuma +
2 TI Gewürzsalz (Brecht)
1 Prise Vollrohrzucker
1 Prise Salz dazu

3 Ei

400 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
3 El Balsamico Essig , dunklen.

Erst die trockenen Zutaten vermischen, dann die flüssigen dazu, verrühren.

Gemüse

300 g TK Gemüse (Brokkoli Blumenkohl + Möhren)
150 g Ziegenkäse geraspelt
20 g Ingwer klein geschnitten
7 Feigen klein geschnitten
80 g Oliven mit Paprika gefüllt, geschnitten + ganz gelassen
2 Äpfel um den Griebsch rum geraspelt

Gemüse vermischen. Den Teig unterheben.

In drei ausgefettete 0,75 l feuerfeste Formen geben, +

In den kalten Backofen bei 160°C, Umluft , 60 min backen.

Ober- + Unterhitze, vorheizen, ca 180°- 190°C , ca 40- 50 min backen.

Eigenes Rezept, Hans60 , Montag, 21. März 2005

Hinweis M

Das M in den Titelleisten , bedeutet nur,

das sich im Rezept ,

Kuh Milch Produkte, befinden

Mit freundlichen Grüßen

Hans, Sonntag, 18. September 2005

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben,
wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzah-
lenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Sonntag, 18. September 2005

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Hinweis I

Rezepte wo nur das Datum steht, sind von mir an diesem Tag getestet + oder auch selber zusammen gestellt worden.
Nur diejenigen die auch was geworden sind, erscheinen hier.

Bitte bedenkt

Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse erst kurz vor dem Gebrauch mahle, hat es eine andere Bindekraft (+ auch Geschmack).
Wenn Ihr dagegen mit gekauften Mehlen arbeitet, **kann**, muss aber nicht, das Ihr zu anderen Ergebnissen kommt, als hier beschrieben.

Mit freundlichen Grüßen

Hans