

## Mohn Glutenfrei Kuh Milchfrei

### Hinweis I

Alle Rezepte getestet und meist auch selbst erdacht,  
Nur diejenigen die auch was geworden sind, erscheinen hier.

### Bitte bedenkt

Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse + Hülsenfrüchte 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.

### Hinweis Margarine

Es gibt auch Margarine die Laktosefrei ist, in fast jedem Discounter, ich verwende hier Deli Reform Margarine.

### Inhaltsverzeichnis

Mohn Glutenfrei Kuh Milchfrei .....	1
Hinweis I .....	1
Bitte bedenkt .....	1
Hinweis Margarine .....	1
Inhaltsverzeichnis .....	1
<b>Mohn</b> .....	<b>2</b>
Apfel Mohn Kuchen ( Mais ) F Vegan .....	2
Bananen Kuchen Artyk II F Vegan .....	4
Bazman Mohn Muffins F pikant Vegan .....	6
Dehia Muffins F Vegan .....	7
Marmorkuchen Kizil`skoja F Vegan.....	9
Mohn Kokoskuchen 4 Ei + 2 Eiweiß F .....	10
Mohn Kuchen Rigan , Brot II F Vegan .....	12
Mohnblechkuchen F Vegan.....	13
Mohnblechkuchen II F Vegan.....	15
Mohnkuchen IX F Vegan.....	17
Mohnkuchen Juznoural`sk 10 Ei F .....	20
Mohnkuchen Minudasht 5 Ei F.....	21
Mohnkuchen VI F Vegan.....	22

Mohnkuchen VI F Vegan Rotwein.....	23
Mohnkuchen VIII F Vegan.....	24
Mohnkuchen X F Vegan.....	26
Muffins XXXIII F Vegan.....	28
Muffins Mohn F Vegan.....	29
Saftiger Kartoffelkuchen Kizyl-Arvat F Vegan .....	31
Schokoladen Kuchen F Vegan.....	33
Hinweis I .....	34
Hinweis Ei.....	34
Hinweis F.....	34
Hinweis.....	34

## Mohn

### Apfel Mohn Kuchen ( Mais ) F Vegan

Glutenfrei Eifrei Milchfrei Vegan

1 Backblech mit Backpapier

16 Stück



200 g Rosinen mit  
 trocknen Rotwein ( 14 % ) bedecken und ziehen lassen

## Boden

400 g Mais gem  
1 Prise Salz  
1 Tüte Trockenhefe, für 500 g Mehl  
50 g Zucker  
400 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

### Mohn

500 g Blaumohn gem  
50 g Zucker  
1 Prise Salz  
50 g Mais gem  
500 ml Sojadrink naturell

### Mus

500 ml kochendes Wasser  
2 Nelken  
1 Lorbeerblatt  
1 Prise Salz  
50 g Zucker  
600 g Äpfel ( unreif )  
ergibt ca 750 ml Mus, dafür  
80 g Mais gem

### Belag ( Streusel)

100 g Zucker  
0,5 TI Vanillepulver  
200 g Margarine u evtl 100 g  
300 g Mais gem  
1 Prise Salz

### Boden Zubereitung

Alle trocknen Zutaten vermischen, kohlenensäurehaltiges Wasser dazu, verrühren, auf ein mit Backpapier ausgefülltes Backblech gießen, mit dem Kuchenschaber verteilen, in den Backofen, Licht an, reicht, gehen lassen.

In der Zwischenzeit

### Apfelmus bereiten

Ins kochende Wasser die Nelken und Lorbeerblatt, Salz u Zucker, die Äpfel vierteln, Blüte und Stiel entfernen, rein damit, kochen lassen, bis sich die Schale löst oder bis das Fleisch sichtbar verfällt, bei meinen Äpfel dauert es knapp 4 min, runter von der Hitze, möglichst die Gewürze entfernen, Äpfel ganz fein pürieren, nach dem (fast) abkühlen, in ein Litermaß geben, um die Menge zu erfahren, es wurde 750 ml , das heißt, ich brauche ca 80 g Mais gem, einrühren, in eine große Schüssel füllen.

### Zubereitung Mohn

Blaumohn und Mais mahlen, Salz und Zucker dazu, gut vermischen und in einen Kochtopf mit 500 ml Sojadrink naturell einrühren, auflösen, unter ständigen Rühren gut 2 min kochen lassen, ( sollte man das Gefühl haben, es wäre zu dick, noch Sojadrink begeben )  
Runter von der Hitze, rührend abkühlen ( fast ) lassen.

### Zubereitung Füllung

Den fertigen, fast abgekühlten Mohn in den Apfelmus geben, gut vermischen, nun die eingelegten Rosinen mit Saft dazu, gut verrühren.  
Diese Masse auf den in der Zwischenzeit schön gegangenen Boden  
Mit dem Teigschaber draufgeben, glattstreichen.

### Belag

100 g Zucker, 200 g Margarine, Vanillepulver, und Mais gem verrühren, verkneten lassen, für Streusel war es schon , na nicht so ganz, also habe ich noch 100 g Margarine zugegeben, verrührt und in einen TK Beutel, gegeben, oben zusammen gedreht, eine Spitze abgeschnitten, und raufgegeben, und weil ich zuviel abschnitt, wurde es zu dick, der Teig, also nahm ich den Teigschaber und verstrich alles...

in den kalten Backofen bei ca 130°C ca 70 min backen, Nadelprobe, weil er mir noch nicht goldbraun genug war noch 20 min länger backen.

Eigenes Rezept, Samstag, 16. August 2008 Hans60

[Bananen Kuchen Artyk II](#) F Vegan



250 g Mohn  
500 g Maiskörner  
1 El Korianderkörner  
500 g Bananen, Leopardenart  
1 Backpulver oder Weinstein f 500 g Mehl  
1 Prise Salz  
200 g Vollrohrzucker  
Ca 700 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser  
6 cl Rum 54 % evtl +  
250 g Rosinen evtl

1 Königskuchenbackform 30 cm  
Backpapier dafür

### Zubereitung:

Mohn mahlen.  
Maiskörner mit Korianderkörner mahlen.  
Bananen pürieren.

Alle trockenen Zutaten vermischen. Dann Bananenpüree + nach + nach ,  
kohlenensäurehaltiges Mineralwasser kann mehr oder weniger sein, soll wie  
ein Rührteig sein. Evtl Rum + Rosinen zum Schluss unterheben.

In die mit Backpapier ausgelegte Backform gießen, wird voll, bis zum  
Rand, ist empfehlenswert ganz unten in den Backofen, die Fettpfanne rein  
zu stellen, falls es überläuft, war zwar bei mir nicht, habe einfach das ü-  
berstehende Backpapier aufgerichtet.

In den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft ca 90 min.

Bei Ober- + Unterhitze , vorheizen auf ca 170°C - 180°C ca 60 - 70 min,  
backen. Nadelprobe.

Dienstag, 18. Oktober 2005  
22.01.06 Hans60

+ 1 TI Kaffee gem  
500 ml Wasser anstatt 700 ml

Samstag, 12. August 2006

Bazman Mohn Muffins F pikant Vegan  
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 , kohlensäurehaltiges  
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 EI 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. Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

19.06.05 Hans60

Montag, 30. April 2007

### Dehia Muffins F Vegan

glutenfrei / eifrei / milchfrei / nussfrei



Zutaten für 12 Portionen

100 g Buchweizen, gemahlen

100 g Mais, gemahlen

100 g Naturreis, ( Mittelkorn)

50 g Mohn, gemahlen

0,5 TL Anis, gemahlen (kann weg bleiben )

1 TL Koriander, gemahlen

0,5 TL Salz

50 g Rohrzucker

1 Tüte/n Backpulver (Weinsteinbackpulver, 17 g )

350 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

Fett, fürs Blech ODER 12 Muffeinspapierförmchen

### Zubereitung

Erst die trockenen Zutaten miteinander vermischen, dann das Wasser dazu, verrühren.

1 Backblech = 12 Muffeins einfetten, Teigmasse verteilen. In den kalten Backofen, 160° C Umluft , 30 min backen. Bei Ober- + Unterhitze, vorheizen ca. 180°- 190° C, + 14 - 18 Minuten backen.

Hinweis: Alle Zutaten sind unmittelbar frisch gemahlen. Wer mit gekauften Mehlen arbeitet, der sollte pflanzliches Bindemittel wie gewohnt, mit verwenden. Guten Appetit Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

24.05.05 Hans60

30.09.2005 23:02 Kommentar von Sunny33

Hallöle,

klings sehr interessant das Rezept. Ich nehme am liebsten Silikonbackformen, die Muffins lösen sich im allgemeinen besser und es gibt auch keine Probleme mit Mehlrückständen falls man zwischendurch für Nichtallergiker backt.

Vielen dank für deine vielen Beiträge für die glutenfreie Küche!!!

Grüße von Sunny33 , -)))

Kann man auch Sojamilch verwenden statt Wasser?

01.10.2005 07:31 Kommentar von Hans60

Hallo Sunny33

Da ich meine Küche/ Haushalt ganz auf Glutenfrei umgestellt habe, + falls mal Besuch kommt, die essen alles mit, war noch nie ein Problem.

Hans

## Marmorkuchen Kizil`skoja F Vegan

Glutenfrei + Eifrei + Milchfrei



250 g Mohn gem  
500 ml guten trockenen Rotwein  
100 g Honig  
1 Prise Salz  
2 TI Kaffee gem, kein Instant  
125 ml guten trockenen Rotwein  
40 g Speisestärke ODER  
1 Tüte Puddingpulver

100 g Buchweizen gem  
350 g Hirse gem  
50 g Amaranth gem  
200 g Kichererbsen gem  
1 Prise Salz  
2 Tüten Backpulver  
200 g Vollrohrzucker  
200 g Butter gewürfelt, ODER ungehärtete Margarine  
500 ml guten trockenen Weißwein

250 g Mohn gem + 500 ml guten trockenen Rotwein + 100 g Honig + 1 Prise Salz + 2 TL Kaffee gem, kein Instant, zusammen rührend ca 180 sek kochen,

In 125 ml guten trockenen Rotwein 40 g Speisestärke ODER 1 Tüte Puddingpulver kalt auflösen + zu dem kochenden Mohn rührend für gut 120-180 sek kochen lassen, Vorsicht blubbert sehr, Verletzungsgefahr.

100 g Buchweizen gem + 350 g Hirse gem + 50 g Amaranth gem + 200 g Kichererbsen gem + 1 Prise Salz + 2 Tüten Backpulver + 200 g Vollrohrzucker gut vermischen die gewürfelte Butter / Margarine zugeben, langsam den Weißwein dazugeben, + solange rühren lassen bis es ein geschmeidiger Rührteig ist.

In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform abwechselnd den Teig und die Mohnmasse über einander in der Mitte der Form geben, sollte zum Schluss eine Schicht Teig sein, der Mohn trocknet sonst aus.

In den kalten Backofen bei ca 140°C Umluft ca 90- 100 min backen, Nadelprobe.

Sonntag, 27. Mai 2007 Hans60

Mohn Kokoskuchen 4 Ei + 2 Eiweiß F

Glutenfrei + Milchfrei





#### 4 Ei

1 Prise Salz  
0,25 TI Bourbon Vanille Pulver  
150 g Vollrohrrohrzucker

Abrieb + Saft 0,5 Zitrone

250 g Mohn gem  
100 g Naturreis gem  
2 TI Backpulver  
1 Prise Salz

200 g ungehärtete Margarine  
3 cl Rum 54 %

#### 2 Eiweiß

1 Prise Salz  
80 g Vollrohrrohrzucker  
130 g Kokosraspel

#### Zitronenglasur

100 - 150 g Puderzucker gesiebt  
Saft einer Zitrone  
evtl. ein wenig heißes Wasser

Eier, Salz, Vanille + Zucker schaumig rühren lassen, bis es hell wird.

Abrieb + Saft 0,5 Zitrone dazu.

Mohn + Mehl + Backpulver + Salz vermischen, auch dazu + gut verrühren, lassen.

Die Margarine gut mit verrühren lassen + zum Schluss noch den Rum dazu.

In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform geben, glattstreichen, + im vorgeheizten Backofen bei 150°C Umluft ca 30 min backen, Nadelprobe. Abkühlen.

2 Eiweiß mit einer Prise Salz über heißen Wasserdampf fast steif schlagen, Zucker dazu geben , weiterschlagen bis es wirklich steif ist, Kokosraspel dazu rühren, + diese Masse auf den erkaltenden Kuchen streichen.

### Für die Zitronenglasur

Zitronen entsaften, + zu dem gesiebten Puderzucker geben, verrühren, sollte streichfähig sein, evtl heißes Wasser zugeben, auf die Kokosmasse + den Rand damit bestreichen, fest werden lassen.

Dienstag, 28. November 2006 Hans60

Fazit.

Sehr süß

Die Zitronenglasur kann gut entfallen, wird dadurch noch süßer

### Mohn Kuchen Rigan , Brot II F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

30 cm Kastenbackform mit Backpapier



250 g Buchweizenkörner +  
100 g Natur- Reis (Mittelkorn ) +  
100 g Amaranth +  
250 g Blaumohn gemahlen

1,5 Tüten Trockenhefe

1 Tl Salz  
100 g Zucker  
200 g Datteln klein geschnitten

700 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

alle trockenen Zutaten gut vermischen.

Dann die Flüssigkeit unterrühren und 4-5 min auf Höchststufe rühren lassen,

In eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Kastenbackform, gießen, Glattschütteln.

In den Backofen bei 50°C ca 90 min ruhen, gehen lassen.

Auf 150°C aufheizen und ca 70 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.

Hinweis:

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

Donnerstag, 11. Juni 2009

[Mohnblechkuchen](#) F Vegan

glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

1 Backblech mit Backpapier

16 Stücke





## Boden

200 g Maiskörner, ( kein Popkorn ) gem  
100 g Buchweizen gem  
50 g Amaranth gem  
100 g Margarine, ungehärtete  
0,5 TI Vanillepulver (Bourbon)  
50 g Vollrohrzucker\*  
1 Prise Salz  
0,5 Tüte Trockenbackhefe für 500 g Mehl  
400 ml Sojadrink

## Füllung

750 g Mohn gem  
150 g Mais gem ( Grieß ähnlich )  
2 El Kaffeebohnen mit gem  
0,5 TL Vanille - Pulver (Bourbon)  
1 Prise Salz  
100 g Zucker\*  
1 Liter Sojadrink  
250 g Rosinen, wer mag eingelegte, in Rum o Wein o Traubensaft  
1 Prise Salz

abgeseihtes von Rosinen

## Streusel

200 g Mais gem  
200 g Zucker  
1 Prise Salz  
0,5 TI Vanillepulver  
200 g Margarine laktosefrei

## Zubereitung

Alle Zutaten für den Boden zusammen verkneten 3- 5 min verrühren lassen, den fertigen Teig mit dem Teigschaber auf das mit Backpapier ausge-

legte Backblech streichen. In den Backofen geben, 40°C, Licht an + ein wenig mehr + ruhen bzw. gehen lassen. Der Teig geht nicht besonders, weil er zu feucht ist. Ich lasse ihn meist, nach Gefühl.

Trockene Zutaten für die Füllung vermischen und in einen mit Sojadrink gefüllten ( großen ) Kochtopf geben, Rührend aufkochen lassen, wenn der Kaffee anfängt zu duften ist der Mohn auch meist fertig, runter von der Hitze, eingelegte Rosinen mit der Flüssigkeit dazu geben und Rührend lauwarm abkühlen lassen.

Diese Mohnmasse auf den Hefeboden geben, glattstreichen.

Für die Streusel alle Zutaten in, mit einer Küchenmaschine verkneten lassen, diese dann zerkrümeln auf den Kuchen geben, sollte es zu klein krümelig sein, wird dieser hart, deshalb noch Margarine, zugeben

In den kalten Backofen + bei ca. 130°C Umluft ca. 70-90 min backen. Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca. 180- 190°C + ca. 60 –70 min backen. Nadelprobe.

Die Streusel bleiben ziemlich hell, nicht länger backen, sonst werden sie hart.

10- 15 min ruhen lassen, dann mit dem Backpapier vom Backblech auf ein Kuchenrost ziehen, abkühlen lassen.

\* da der Streusel sehr süß ist, kann man die übrige Zucker Menge gut halbieren.

## Mohnblechkuchen II F Vegan glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

### 1 Backblech mit Backpapier

16 Stücke





## Boden

350 g Kichererbsen gem  
0,5 TL Vanillepulver (Bourbon)  
50 g Vollrohrzucker\*  
1 Prise Salz  
1 Tüte/n Hefe, Trockenbackhefe für 500 g Mehl  
350 ml Sojadrink  
4 cl Rum 54 %

## Füllung

750 g Mohn gem  
100 g Kichererbsen gem ( Grieß ähnlich )  
0,5 TL Vanille - Pulver (Bourbon)  
1 Prise Salz  
50 g Zucker\* oder 200 g wenn ohne Streusel  
1 Liter Sojadrink  
4 cl Rum 54 %  
250 g Rosinen, wer mag eingelegte, in Rum o Wein o Traubensaft  
abgeseihtes von Rosinen

## Streusel

200 g Kichererbsen gem  
200 g Zucker  
1 Prise Salz  
0,5 TL Vanillepulver  
200 g Margarine  
4 cl Rum 54 %

## Zubereitung

Alle Zutaten für den Boden zusammen verkneten 3- 5 min verrühren lassen, den fertigen Teig mit dem Teigschaber auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech streichen. In den Backofen geben, 40°C, Licht an + ein

wenig mehr + ruhen bzw. gehen lassen. Der Teig geht nicht besonders, weil er zu feucht ist. Ich lasse ihn meist, nach Gefühl.

Trockene Zutaten für die Füllung vermischen und in einen mit Sojadrink gefüllten ( großen ) Kochtopf geben, Rührend 2 min kochen lassen, runter von der Hitze, eingelegte Rosinen mit der Flüssigkeit dazu geben und Rührend lauwarm abkühlen lassen.

Diese Mohnmasse auf den Hefeboden geben, glattstreichen.

Für die Streusel alle Zutaten in, mit einer Küchenmaschine verkneten lassen, diese dann zerkrümeln auf den Kuchen geben, sollte es zu klein krümelig sein, wird dieser hart, deshalb noch Margarine, zugeben .

der Teig ( Streusel ) wird zu dünn, richtige Streusel werden es nicht, habe es mit einem nassen Kaffeelöffelrücken, von der Handfläche auf den Mohn gelegt, brauchte dann ca 50 g weniger, oder man lässt den „Streusel“ ganz weg,  
dann bitte 200 g Zucker , für die Mohnfüllung

Kichererbsen als Streusel wird zu dünn

In den kalten Backofen + bei ca. 130°C Umluft ca. 80-90 min backen. Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca. 180- 190°C + ca. 60 –70 min backen. Nadelprobe.

Die Streusel bleiben ziemlich hell, nicht länger backen, sonst werden sie hart.

10- 15 min ruhen lassen, dann mit dem Backpapier vom Backblech auf ein Kuchenrost ziehen, abkühlen lassen.

\* da der Streusel sehr süß ist, kann man die übrige Zucker Menge gut halbieren.

[Mohnkuchen IX](#) F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier



### Füllung:

10 Datteln kleinschneiden  
Rum 54 %

700 ml Rotwein 12 % halbtrocken  
500 g Blaumohn gem  
1 Ei Kaffeebohnen mit gem  
1 Piment mit gem  
2 Kardamom mit gem  
150 g Naturreis gem  
150 – 200 g Zuckerrübensirup

### Boden:

250 g Naturreis gem  
1 Prise Salz  
150 g Margarine  
50 g Zuckerrübensirup  
50 g Rotwein 12 % halbtrocken

## Belag

200 g Traubenzucker o Puderzucker  
1 Zitrone, 4 El Saft davon  
Wasser

## Zubereitung

Datteln kleinschneiden in eine Kaffeetasse und mit Rum 54 % bedecken, ziehen lassen,  
700 ml Rotwein mit 150 g Zuckerrübensirup vermischen, sowie Blaumohn, Kaffeebohnen, Piment und Kardamom reinmahlen, lassen, dauert bei meiner Mühle gut 35 min, zum Schluss noch den gem 150 g Naturreis untermischen.  
in der Zwischenzeit für den Boden, 250 g Naturreis gem mit einer Prise Salz u 150 g Margarine, 50 g Zuckerrübensirup, und 50 g Rotwein 12 % halbtrocken gut verrühren lassen, und in eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform, den Boden ausstreichen, ab in den Kühlschrank, noch ruhen lassen, bis der Mohn und die anderen Zutaten gem sind,  
in die Mohnmasse nun noch die eingeweichten Datteln samt Rum untermischen und alles auf den Mürbeteig gießen, glatt schütteln,  
in den kalten Backofen bei 160°C Heißluft 70 min backen,  
raus aus dem Backofen, wird weiter gebraucht,  
200 g Traubenzucker mit 4 El frisch gepressten Zitronensaft und soviel Wasser begeben dass es eine dickflüssige Masse ergibt, diese nun über den noch heißen Kuchen gießen, verteilen, die Backform nun auf einen umgedrehten kleinen Kochtopf stellen, der Ring löst sich und gleitet runter, oder eben den Springformrand lösen, Backpapier erst nach dem abkühlen entfernen.

Eigenes Rezept, Sonntag, 4. Oktober 2009 Hans60

### Hinweis

Bei Mohnkuchen VIII, nahm ich trocknen Rotwein 14 %, dafür fehlten eben die eingelegten Früchte, ohne dass dieser trocken war,

hier bei Mohnkuchen IX wurden die eingelegten Früchte in Rum 54 %, dafür reichte dann auch Rotwein halbtrocken 12 %.

durch das rein mahlen des Mohns in die Flüssigkeit, kann der Mohn schon quellen und ich erspare mir das aufkochen, und das reinigen des Topfes.

weil mir die Oberfläche der ( Mohn ) Kuchen immer eingerissen sind nach dem backen, der Optik wegen, kommt noch ein Zuckerguss rauf,

da ich eigenartigerweise kein Puderzucker im Haus hatte, nahm ich Traubenzucker, habe zu meinen Erstaunen festgestellt, dass dies geschmacklich viel besser passt als Puderzucker.

Grüße Euch  
Hans

Bei Mohnkuchen VIII, nahm ich trocknen Rotwein 14 %, dafür fehlten eben die eingelegten Früchte, ohne dass dieser trocken war,

hier bei Mohnkuchen IX wurden die eingelegten Früchte in Rum 54 %, dafür reichte dann auch Rotwein halbtrocken 12 %.

weil mir die Oberfläche der ( Mohn ) Kuchen immer eingerissen sind, nach dem backen, der Optik wegen, kommt noch ein Zuckerguss rauf, da ich eigenartigerweise kein Puderzucker im Haus hatte, nahm ich Traubenzucker, habe zu meinen Erstaunen festgestellt, dass dies viel besser passt als Puderzucker.

Mohnkuchen Juznoural`sk 10 Ei F

Glutenfrei + Mehlfrei



10 Eiweiß

1 Prise Salz  
1 TI Bourbon Vanillepulver  
120 g Vollrohrzucker

10 Eigelb

1 Prise Salz  
120 g Vollrohrzucker  
Abrieb einer Zitrone  
280 g Butter

250 g Mohn gem +  
200 g Haselnüsse gem +  
1 TI Türkischen Kaffee gem

Backofen vorheizen auf ca 160°C

Eiweiße mit Salz + Vanillezucker fast Fest schlagen, lassen, dann Zucker mit einrieseln + steifschlagen lassen, raus aus der Rührschüssel, beiseite stellen.

Mohn, Nüsse + Kaffee zusammen vermischen.

Eigelbe mit Salz + Zucker schaumig bis fast weiß , cremig rühren lassen, Zitronenschale, sowie Stückchenweise die Butter mit zugeben, weiterrühren lassen bis es eine schöne cremige Substanz bildet.

Auf der Buttermasse den Eischnee + darüber die Mohn- Nussmasse geben + vorsichtig mit einem Holzlöffel unterheben.

In eine 26 cm mit Backpapier ausgelegte Ringform geben, glattstreichen, bei ca 160°C 60 – 70 min backen.

Sonntag, 10. Dezember 2006 Hans60

Mohnkuchen Minudasht 5 Ei F

Glutenfrei u Milchfrei



Zutaten für 1 Portionen

500 g Maiskörner, gemahlen ( kein Popkorn )

250 g Mohn, gemahlen

1 Prise Salz

2 Tüte/n Backpulver

1 Zitrone(n) (Bio), abgeriebene Schale + Saft

100 g Zitronat, ( Bio )

3 TL Süßstoff, flüssigen + oder mehr

## 5 Ei(er)

700 ml Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

Gemahlene Mohn, Mais, Salz + Backpulver verrühren, Zitronat zerkleinert + abgeriebene Schale + Saft der Zitrone dazu, danach Eier, kohlenensäurehaltiges Mineralwasser + zum Schluss den flüssigen Süßstoff, alles gut vermischen. In eine mit Backpapier ausgelegte 26er Backform gießen. In den kalten Backofen mit ca. 160°C Umluft ca. 60 min backen.

Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca. 190°C + ca. 40- 50 min backen. Nadelprobe.

In der geschlossenen Backform ca. 20 –30 min stehen lassen. Ein Backrost auf den Kuchen legen + umdrehen, NICHT STÜRZEN. Springform lösen + entfernen, ohne Probleme. Backpapier dran lassen bis der Kuchen fast oder auch ganz abgekühlt ist. Wer darf, 1 Tüte Bourbon Vanillezucker mit 200 g süße Sahne schlagen + dazu servieren. Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

26.12.05 Hans60

Freitag, 8. September 2006

## Mohnkuchen VI F Vegan

Glutenfrei Eifrei Milchfrei Sojafrei Getreidefrei

26 cm Ringform mit Backpapier

8 Stücke



700 g Pellkartoffeln, gepellte

750 g Blaumohn gem  
700 ml Traubensaft ( Winzer )  
200 g Kokosnuss geraspelt  
180 g Margarine  
2 El Rosinen eingelegte

Kartoffeln (ganz ) in die Küchenmaschinerührschüssel geben, verrühren , in ca 2-3 min ist es ein Brei, nun die Margarine, Salz und die Kokosnuss dazu, verrühren lassen,  
Mohn mahlen, in den Traubensaft einweichen und rührend 2-3 min kochen lassen, runter von der Hitze, Rosinen dazu und zu den Kartoffel Kokosnussbrei geben, alles gut verrühren lassen, Abschmecken ob süß genug, notfalls nachsüßen.  
In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform geben, glattstreichen, in den kalten Backofen bei 130°C Umluft ca 90 min backen.  
Ganz abkühlen lassen, am besten eine Nacht stehen lassen.

Wer will kann auch noch einen Hefeteigboden machen, die Teigmenge sollte dann aber nicht über 200 g sein,  
durch die Margarine geht der Kuchen über den Rand der Form, geht nachher wieder zurück

Eigenes Rezept, Donnerstag, 21. August 2008 Hans60

### Mohnkuchen VI F Vegan Rotwein

Glutenfrei Eifrei Milchfrei Sojafrei Getreidefrei

26 cm Ringform mit Backpapier

8 Stücke



750 g Pellkartoffeln, gepellte  
750 g Blaumohn gem  
1 Nelke mit gem  
1 Prise Salz

250 g Zucker evtl mehr  
750 ml trocknen Rotwein 14 %  
200 g Kokosnuss geraspelt  
200 g Margarine

Gepellte Kartoffeln ( ganz ) in die Küchenmaschinerührschüssel geben, verrühren , in ca 2-3 min ist es ein Brei, nun die Margarine, Salz und die Kokosnuss dazu, verrühren lassen,  
Mohn gleich in den Rotwein mahlen, weicht dabei schon, umrühren, habe mir das erhitzen gespart, zu den Kartoffel Kokosnussbrei geben, alles gut verrühren lassen, Abschmecken ob süß genug, notfalls nachsüßen.  
In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform geben, glattstreichen, in den kalten Backofen bei 130°C Umluft ca 90 min backen.  
Ganz abkühlen lassen, am besten eine Nacht stehen lassen.

Wer will kann auch noch einen Hefeteigboden machen, die Teigmenge sollte dann aber nicht über 200 g sein,

durch das einweichen während des Mahlvorgang,( was fast solange dauert, bis die Kartoffeln gekocht sind ) ist der Rotwein aufgesaugt, aber es braucht keine Flüssigkeit nach gereicht werden, wenn es in einer Küchenmaschine gefertigt wird.

Eigenes Rezept, Samstag, 11. Oktober 2008 Hans60

Mohnkuchen VIII F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei

26 cm Ring- o Springform mit Backpapier





### Boden:

200 g Naturreis gem  
1 TI Trockenhefe ( kann weg bleiben )  
1 Prise Salz  
100 g Margarine laktosefrei  
1 TI Zuckerrübensirup  
50 g Wasser

### Füllung:

500 g Rotwein 14 % trocken  
250 g Zuckerrübensirup  
500 g Blaumohn gem  
1 Piment mit gem  
2 Kardamom mit gem  
1 El Kaffeebohnen mit gem  
120 g Naturreis gem

### Belag

200 g Puderzucker  
1 Zitrone Saft, ca 3 El

26 cm Ringform mit Backpapier ausfüllen,  
200 g Naturreis gem, Hefe, Salz, 1 TI Zuckerrübensirup und Deli Margarine vermischen, evtl noch 50 g Wasser zugeben, es soll eine gebundene Masse sein, den Teig auf das Backpapier der Backform mit einem nassen Esslöffelrücken streichen, und in den Kühlschrank stellen.  
Rotwein mit Zuckerrübensirup vermischen und darein den Mohn mit Kardamom und Piment und Kaffeebohnen mahlen lassen, verrühren, nun noch den gem 120 g Naturreis unterheben,

Diese Füllung auf den gekühlten Mürbeteig gießen, glattschütteln,  
in den kalten Backofen bei ca 160°C Heißluft ca 60 min backen,  
ca 10 min in der Backform lassen, dann den Ring runter lassen, bzw ab-  
nehmen,  
Puderzucker mit ca 2- 3 El Zitronensaft vermischen, sollte ziemlich dick-  
flüssig sein, auf den noch heißen Kuchen ( wäre ideal ), verstreichen,  
abkühlen vorm anschneiden

eigenes Rezept, Samstag, 26. September 2009 Hans60

### Mohnkuchen X F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan u Alkoholfrei

26 cm Ringform mit Backpapier



### Boden:

250 g Naturreis gem  
1 Prise Salz  
150 g Margarine  
50 g Zuckerrübensirup

## Füllung:

600 g Sojadrink  
150 – 200 g Zuckerrübensirup  
500 g Blaumohn gem  
1 El Kaffeebohnen mit gem  
1 Piment mit gem  
100 g Sultaninen  
2 Kardamom mit gem  
120 g Naturreis gem  
1 Prise Salz

## Belag

200 g Traubenzucker o Puderzucker  
Wasser

## Zubereitung

600 ml Sojadrink mit 150 g Zuckerrübensirup vermischen, sowie Blaumohn, Kaffeebohnen, Piment und Kardamom reinmahlen, lassen, dauert bei meiner Mühle gut 35 min, zum Schluss noch den gem 120 g Naturreis untermischen.

in der Zwischenzeit für den Boden, 250 g Naturreis gem mit einer Prise Salz u 150 g Margarine, 50 g Zuckerrübensirup gut verrühren lassen, und in eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform, den Boden und etwas den Rand mit einem nassen Esslöffelrücken verteilen, ab in den Kühlschrank, noch ruhen lassen, bis der Mohn und die anderen Zutaten gem sind,

in die Mohnmasse noch die Sultaninen mischen auf den Mürbeteig gießen, glatt schütteln,

in den kalten Backofen bei 160°C Heißluft 80 min backen,

200 g Traubenzucker soviel Wasser begeben dass es eine dickflüssige Masse ergibt, diese nun über den noch heißen Kuchen gießen, verteilen, die Backform nun auf einen umgedrehten kleinen Kochtopf stellen, der Ring löst sich und gleitet runter, oder eben den Springformrand lösen, Backpapier erst nach dem abkühlen entfernen.

Eigenes Rezept, Sonntag, 11. Oktober 2009 Hans60

## Hinweis

durch das rein mahlen des Mohns in die Flüssigkeit, kann der Mohn schon quellen und ich erspare mir das aufkochen, und das reinigen des Topfes.

weil mir die Oberfläche der ( Mohn ) Kuchen immer einreißen, nach oder beim backen, der Optik wegen, kommt noch ein Zuckerguss drauf, kann auch wegbleiben.

## Muffins XXXIII F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

1 Muffinsblech = 12 Stück



300 g Kichererbsen gem  
100 g Erdnüsse blanchiert  
3 Ei Zucker  
1 Tüte Trockenhefe ( f 500 g Mehl)  
1 Prise Salz  
350 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser  
3 cl Rum 54 %  
Margarine

300 ml Traubensaft rot  
3 cl Rum 54 %  
250 g Blaumohn gem  
50 g Kichererbsen mit gem  
1 Nelke mit gem  
1 Prise Salz

300 g Kichererbsen mahlen, in eine Rührschüssel,

100 g Erdnüsse gem und kurz geröstet, so bilden sich beim abkühlen sehr kleine Kugeln, sollte man schon am Tag vorher bereiten, so mit kann man die Backwaren lockern, wie eben mit Nüsse, + Zucker , Salz und Trockenhefe gut vermischen, Wasser mit Rum dazu und gut 5-7 min auf Mittelstufe rühren lassen.

In der Zwischenzeit mit Margarine die Muffinsmulden ganz einfetten, ca 2 El Teig in jede Mulde geben, in den Backofen, bei ca 50°C, Licht an und ein wenig mehr, ca 20-30 min ruhen lassen.

In den mit Rum angereicherten Traubensaft, den Mohn , Kichererbsen und Nelke mahlen lassen, es quillt dann schön, so dass ich ihn nicht aufkochen muss, und diese Masse dann 1 El weise auf den Teig geben.

Und bei ca 140°C Umluft ca 30 – 40 min backen, Nadelprobe, aber man sieht es auch, ca 5 min in den Formen lassen, ein Brett drüberlegen, umdrehen, Blech entfernen, auf ein Kuchenrost abkühlen lassen.

Eigenes Rezept, Donnerstag, 13. November 2008 Hans60

### Muffins Mohn F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

1 Muffinsblech = 12 Stück



## Füllung

250 g Mohn gem  
1 El Kaffeebohnen mit gem  
50 g Buchweizen gem  
1 Prise Salz  
2 El Zucker evtl mehr  
200 ml Sojadrink  
2 gehäufte El eingelegte Rosinen  
2 cl Rum 54 %

## Boden:

100 g Buchweizen gem  
100 g Kichererbsen gem  
1 TI Trockenhefe  
1 Prise Salz  
1 TI Zucker  
200 ml Sojadrink naturell  
2 cl Rum 54 %

Fett für ein Muffinsblech, auch für beschichtete Mulden

## Füllung Zubereitung

Mohn , Kaffeebohnen sowie Buchweizen zusammen mahlen, mit Hefe und Hefe und Zucker vermischen, und in kalte Sojadrink einrühren, kurz quellen lassen und Rührend wenigsten 2-3 min kochen lassen, ist fertig wenn der „Kaffee“ anfängt zu riechen, runter von der Hitze , eingelegte Rosinen und Rum zugeben, und kalt rühren.

## Boden Zubereitung

Alle Zutaten für den Boden zusammen verrühren, je 1 El Teig in jede gut eingefettete Muffinsmulden, geben, und da wiederum den lauen Mohn verteilen, alles zusammen für ca 30 min in den Backofen bei 30-40°C, Licht an und ein wenig mehr, ruhen/gehen lassen.

Im kalten Backofen bei ca 130-140°C Umluft, ca 40-50 min backen, Nadelprobe, aber man sieht es auch , kurz in der Form lassen, und vorsichtig die Dinger raus nehmen,

eigenes Rezept, Dienstag, 29. Juli 2008 Hans60

## Saftiger Kartoffelkuchen Kizyl-Arvat F Vegan



### Blechkuchen

1 kg Pellkartoffeln  
0,25 TI Kümmelkörner  
500 g Maiskörner  
1 El Korianderkörner  
0,25 Muskatnuss reiben, wer will  
1 Prise Salz  
400 g Bananen Leopardenart  
350 g Mohn  
0,5 Tüte ( 10 g ) Trockenhefe f 500 g Mehl  
1 El türkischen Kaffee gem. oder anderen  
ca 1 l kohensäurehaltiges Mineralwasser  
6 cl Rum 54 %  
4,5 TI flüssigen Süßstoff ( 300 g Zucker )  
250 g Rosinen

1 Backblech ca 44 cm  
Backpapier dafür

Kartoffeln mit Kümmel kochen, mit kalt Wasser abschrecken, pellen, gleich durch die Presse drücken. Abkühlen lassen.

Mohn mahlen,

danach Mais mit Koriander + Muskatnuss zusammen mahlen, + mit Kaffee +, Salz + Trockenhefe verrühren,

danach die kalten Kartoffeln mit vermischen. +

Bananen pürieren , und dazu mischen.

Jetzt das kohlenensäurehaltiges Mineralwasser langsam untermischen, je nach Kartoffelart, kann es mehr oder weniger sein, es muss wie ein Rührteig werden, kurz vor Ende erst den flüssigen Süßstoff + Rum zu geben, gut verrühren, abschmecken, bitte bedenkt das der Rum etwas süßes egalisiert.

Dann noch die Rosinen unter mischen.

Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech gießen, glatt streichen. Ich stelle das Blech in den mit Ober-+ Unterhitze auf ca 50°C warmen Ofen, das heißt Licht an , + ein wenig mehr.

Lasse ihn ca 1 h ruhen, gehen, ist so gut wie nicht möglich, ist zu feucht der Teig.

Dann auf 160°C Umluft ca 60 min backen. -

Bei Ober- + Unterhitze , sollte man den Ofen vorheizen, das heißt natürlich , den Kuchen raus aus dem Herd , mit einem feuchten Lappen / Handtuch abdecken.

Auf ca 180- 190°C vorheizen + ca 40-50 min backen.

Nadelprobe .Ca 10 min im Ofen lassen, dann vom Backblech am Backpapier anfassen + auf ein Kuchenrost ziehen, abkühlen lassen. der Kuchen reißt an der Oberfläche ein, ist meist ein Zeichen das der Teig nicht feucht genug war, aber tut dem Geschmack keinen Abbruch.

Eigenes Rezept , Samstag, 08. Oktober 2005

## Veränderung

Da in der Küchenmaschine bereitet wurde, nur

800 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser,

150 g Zucker und

2 TL flüssigen Süßstoff gebraucht.

+ habe es in 1 a **26 cm mit Backpapier ausgelegte Ringform**

im kalten Backofen bei 150°C Umluft ca 70 min gebacken

Hans

Samstag, 31. März 2007

## Schokoladen Kuchen F Vegan

Glutenfrei + Vegan + Getreidefrei

35 cm Kastenbackform mit Backpapier



700 g Kichererbsen gem  
2 Tüten Backpulver  
0,5 TI Salz  
300 g Zucker  
250 g Blaumohn  
400 ml roter Traubensaft  
200 g Rum 54 %  
500 ml roter Traubensaft

Mohn in den 400 ml Traubensaft und Rum rein mahlen, so quillt der Mohn gleich auf, ich erspare mir das erwärmen, alle trockene Zutaten vermischen, den Mohn/ Saft dazu geben, und verrühren lassen, den übrigen Traubensaft langsam dazu, der Teig soll zähfließend vom Quirl sich lösen, lieber etwas mehr Flüssigkeit, geht besser auf.

In eine 35 cm mit Backpapier ausgefüllte Kastenbackform gießen, in den kalten Backofen bei ca 120°C Umluft ca 100 110 min backen, Nadelprobe, rund 20 min noch in der Form lassen, langsam auf ein Kuchenrost ziehen, abkühlen lassen, bevor das Backpapier entfernt wird.

Eigenes Rezept Donnerstag, 16. Oktober 2008 Hans60

## 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.

## Hinweis Ei

Das **Ei** in den Titelleisten , bedeutet nur,  
das sich im Rezept ,

**Ei** Produkte + deren Anzahl, befinden

## Hinweis F

Bedeutet ein Foto, im Rezept

## Hinweis

Es sind alle getestet + meist auch selbst zusammen gestellt.

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Donnerstag, 19. November 2009

Zusammen gestellt, [www.hans-joachim60.de](http://www.hans-joachim60.de)