

# Mandeln Kuchen Glutenfrei u Sojafrei u Kuh Milchfrei

## 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 + 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 Reformmargarine, das Original

## Inhaltsverzeichnis

Mandeln Kuchen Glutenfrei u Sojafrei u Kuh Milchfrei.....	1
Hinweis I .....	1
Bitte bedenkt .....	1
Hinweis Margarine .....	1
Inhaltsverzeichnis .....	1
Kuchen.....	2
Apfel oder Weißweinkuchen F Vegan .....	2
Bananenkuchen Vegan.....	3
Biskuitboden - Kuchen I F Vegan .....	4
Biskuitboden / Kuchen II F Vegan .....	5
Eierlikör Mandel Torte 2 Ei F .....	6
Kaffeekuchen 6 Ei F.....	7
Maiskörner Apfel Pfannenkuchen II F .....	9
Mandel Rum Kuchen Dzejhun 5 Ei F .....	10
Mandelkuchen F Vegan .....	11
Mandelkuchen Darzin F Vegan .....	12

Veränderung F .....	13
Mandelkuchen Yangiyo` I b F.....	14
Veränderung F .....	15
Möhren Kuchen Kabutarkhän F Vegan.....	15
Möhren Marzipan Kuchen 8 Ei F .....	17
Möhren oder Rotweinkuchen F Vegan .....	17
Möhren oder Weißweinkuchen F Vegan.....	19
Nuss Apfel Torte Karazartas 1 Eigelb F .....	20
Quittenkuchen F Vegan.....	21
Reismehlkuchen mit Pflaumen F .....	22
Reismehl Kuchen Veränderung: F Vegan.....	24
Rührkuchen XI 4 Ei F Rum.....	24
Schokoladen Rum Kuchen F Vegan .....	26
Schokoladenkuchen Anär F Vegan .....	27
Hinweis Ei .....	28
Hinweis S.....	28
Hinweis F .....	29
Hinweis.....	29

## Kuchen

### Apfel oder Weißweinkuchen F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Sojafrei u Vegan

35 cm Kastenbackform mit Backpapier

2,2 kg



750 ml trockenen Weißwein 12,5 %

350 g Naturreis mahlen

300 g Maiskörner mahlen

2 Nelke mit mahlen

2 Kardamomkapseln mit mahlen  
1 Piment mit mahlen  
1 Prise Salz  
1 Tüte Backpulver f 500 g Mehl  
250 g Puderzucker  
200 g Mandeln geröstet u mahlen  
600 g ca Äpfel um den Griebisch geraspelt  
150 g Kakaobutter o Margarine laktosefrei  
10 Ei Obstler

Kakaobutter o Margarine verflüssigen, beiseitestellen,  
Mandeln in einer trocknen Pfanne rösten und mahlen,  
alle trocknen Zutaten zusammen vermischen, in eine Rührschüssel ( Kü-  
chenmaschine ) geben, Rührhaken anstellen, die um den Griebisch herum  
geraspelten Äpfel dazu geben, verrühren, Weißwein dazu, miteinander  
verrühren, die verflüssigte und etwas abgekühlte Kakaobutter o Margari-  
ne, dazu, alles gut 4 min auf Mittelstufe verrühren lassen, abschmecken  
ob es süß genug ist.

in eine 35 cm mit Backpapier ausgefüllte Kastenbackform gießen, glatt  
schütteln, suppenartig.  
in vorgeheizten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 80 min backen, Nadel-  
probe,  
nach dem völligen erkalten des Kuchens, das Backpapier vorsichtig ent-  
fernen.  
optimal ist es den Kuchen 1 Nacht Ruhen zu lassen, damit die Gewürze  
gut durchziehen.

eigenes Rezept Dienstag, Samstag, 12. Dezember 2009 Hans

## Bananenkuchen Vegan

200 g Hirsekörner mahlen  
100 g Buchweizenkörner mahlen  
50 g Amaranthkörner mahlen  
150 g Mandeln mahlen  
80 g Carobpulver  
4 Ei Rohrzucker  
1 Tüte Weinstein  
1 Prise Salz

alles zusammen vermischen

3-4 sehr reife Bananen zerquetschen, mit Passierstab  
250 g Olivenöl  
200 - 300 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser



durchschneiden.

Samstag, 5. August 2006

## Biskuitboden / Kuchen II F Vegan

Glutenfrei, Eifrei + Milchfrei / eigenes Rezept



Zutaten für 1 Portionen

150 g Buchweizenkörner mahlen  
50 g Amaranthkörner  
100 g Mandel(n), süße +  
50 g Kartoffelmehl  
1 Prise Salz  
1 Prise Vollrohrzucker  
1 Msp. Vanille -Pulver  
1 Kl Backpulver  
300 ml Mineralwasser, kohlensäurehaltiges

### Zubereitung

Trockene Zutaten vermischen, feuchte Zutaten vermischen. Alle Zutaten zusammen rühren ca. 5 min in Küchenmaschine.

In die mit Backpapier ausgelegte 26-er Springform gießen + im kalten Backofen bei 160°C Umluft ca. 40 min backen. Nadelprobe.

Auskühlen lassen. Vorsichtig Backpapier entfernen.

Den Biskuitboden nach mindestens 2 Stunden Ruhezeit, durchschneiden.

Samstag, 5. August 2006

## Eierlikör Mandel Torte 2 Ei F

Glutenfrei + Milchfrei



### Boden:

150 g Maiskörner mahlen  
1 Prise Vollrohrzucker  
1 Prise Salz  
2 TI Backpulver

### 2 Ei

100 g ungehärtete Margarine  
evt Wasser

### Füllung:

400 g s Mandeln mahlen +  
13 bittere Mandeln mahlen  
80 g Speisestärke / Mondamin  
150 g Vollrohrzucker, bei Bedarf  
0,25 TI Salz  
700 ml Eierlikör

### Belag:

300 g TK Kirschen entsteint  
6 cl Wasser  
6 cl Wasser  
1 gut gehäufter Ei Speisestärke o Mondamin, ca 30 g

### 3 cl Kirschwasser

Backofen auf 180°C vorheizen

Zutaten für den Boden alle bis auf das Wasser zusammen verrühren lassen. In eine mit Backpapier ausgelegte 26 cm Ringform geben, + mit einem immer wieder in Wasser tauchenden Esslöffel verteilen, möglichst auch den Rand bestreichen.

Im vorgeheizten Backofen 15 min bei 180°C, backen.

Die trockenen Zutaten für die Füllung zusammen vermischen lassen ( mit dem Zucker würde ich erst abwarten, evtl ist es schon süß genug.) , dann den Eierlikör dazu, + gut verrühren., Diese Füllung gleich auf den vorgebackenen Boden geben, glatt streichen, + wieder rein in den Backofen + bei 180°C ca 35 min weiterbacken oder bei 150°C Umluft auch 35 min.

Die Kirschen mit 6 cl Wasser aufkochen, die Speisestärke in den restlichen 6 cl kaltem Wasser auflösen, + rein in die kochenden Kirschen +noch ca 60 sek kochen lassen.

Runter von der Hitze, Kirschwasser hin zu, umrühren.

Sobald der Kuchen fertig gebacken die gekochten Kirschen rauf, glatt streichen, + abkühlen lassen, ca 10 –20 noch in der Form lassen, dann den Ring lösen, + vorsichtig das Backpapier vom Rand lösen.

Eigenes Rezept, Sonntag, 22. Oktober 2006, Hans60

Hans

### Kaffeekekuchen 6 Ei F

Glutenfrei u Milchfrei





Zutaten für 1 Portionen

250 g Margarine  
200 g Zucker trennen

**6 Ei trennen**

2 Prisen Salz trennen  
4 Ei Wasser  
1 EL Zimt mahlen  
2 EL Kakao  
100 g Schokolade 85 % mahlen ( Mandelmühle )  
200 g Mandeln, mahlen  
1 Pck. Backpulver  
250 g Naturreis mahlen  
4 Ei Kaffeebohnen mahlen +  
1 Tasse Wasser

Zubereitung

Aus den oben genannten Zutaten einen Rührteig herstellen.

Eiweiße mit einer Prise Salz schaumig und mit 100 g Zucker steif schlagen lassen, beiseitestellen,  
Eigelbe mit 4 Ei Wasser ( warm o kalt ) und 100 g Zucker cremig fast weiß schlagen lassen, dann Zimt und Kakao langsam dazu einrieseln lassen, Margarine Esslöffelweise zugeben,  
trockne Zutaten wie mahlen Schokolade, Mandeln, Backpulver, Naturreis mahlen, 4 Ei Kaffeebohnen mahlen, vermischen und zu der Eigelbmasse, sowie eine Kaffeetasse ( ca 160 g ) Wasser dazu, und alles gut 4 min auf fast Höchststufe verrühren lassen,  
Steife Eiweiß mit einem Holzlöffel ( keinesfalls Metall ) untermischen.  
In einer mit Backpapier ausgefüllten 26er Springform bei 175°C auf der untersten Schiene, eine Stunde backen.  
Ca 20 min im ausgeschalteten Backofen lassen,  
Backpapier erst nach dem völligen auskühlen entfernen

Wer will kann noch einen Schokoladen oder Kaffeeglasur drauf tun,  
auf den noch warmen Kuchen

z.B.

## Schokoladenguss

200 g Puderzucker  
30 g Kakao  
3 Ei Wasser; heiß

## Kaffeeguss

200 g Puderzucker  
2 Ei Kaffee; heiß (bis 3 Ei)

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.

Nach einem Rezept von 29.07.2009 Glasherz CK

Dienstag, 13. Oktober 2009

## Maiskörner Apfel Pfannenkuchen II F

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei

24 cm Bratpfanne mit Backpapier u Deckel



150 g Maiskörner grob geschrotet  
70 g Mandeln oder Nüsse mahlen  
80 g Honig

100 g Deli Margarine  
80 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

450 g Äpfel ca  
handvoll Sultaninen

Maisgrieß bis Mineralwasser gut verrühren, in eine 24 cm mit Backpapier ausgefüllte Bratpfanne füllen, mit einem nassen Esslöffelrücken den Teig verteilen auch einen Rand bilden, für 30 min in den eingeschalteten Kühlschrank stellen,

Äpfel schälen, entkernen, achteln, mit der schmalen Seite in den Teig drücken, in den Zwischenräumen noch die Sultaninen legen, Deckel schließen, auf eine kalte Kochplatte stellen, und 30 min auf Mittelstufe backen, der Teig sollte sich dann trocken anfühlen, sonst eben noch etwas länger backen, runter von der Hitze, kurz noch warten, und am Backpapier fassen und den Kuchen auf ein Kuchengitter ziehen, abkühlen lassen.

Eigenes Rezept Sonntag, 14. Juni 2009

Mandel Rum Kuchen Dzejhun 5 Ei F  
glutenfrei / milchfrei / eigenes Rezept



Zutaten für 1 Portionen  
200 g Mandel(n), mahlen  
250 g Puderzucker, gesiebt  
1 Prise Salz  
1 Tüte/n Vanillezucker (Bourbon)

5 Ei(er)

250 ml Eierlikör  
125 ml Rum, 54 %  
350 g Speisestärke (Mondamin)  
1 Tüte/n Backpulver  
1 Zitrone(n), die Schale, abgerieben

## Zubereitung

Mandeln mit gesiebttem Puderzucker, Salz + Vanillezucker mischen + mit den Eiern schaumig rühren, Eierlikör sowie Rum dazu, dann Mondamin + danach Zitronenschale, alles miteinander gut verrühren.

In eine mit Backpapier ausgelegte Springform gießen.

Ab in den kalten Backofen bei 140°C Umluft ca. 90 min backen.

Oder Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca. 160 - 170°C + ca. 60- 70 min backen.

Nadelprobe.

Geschmack: sehr stark kommt der Rum vor, herrlich, innen ein wenig feucht, aber kein Klitsch, erstaunlich, weil der Kuchen ja nur aus Mondamin besteht, wer darf, dazu dann noch die übliche geschlagene süße Sahne, da sich aber mit Zucker zurück halten.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

11.02.06 Hans60

**Veränderung**, Montag, 18. Dezember 2006

Rum entfiel, stattdessen **Eierlikör**, also zusammen 400 ml + Anstatt Vanillezucker , 0,5 TI Bourbon Vanillepulver.

## Mandelkuchen F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

30 cm Kastenbackform mit Backpapier



100 g Kakaobutter oder Margarine laktosefrei

200 g Mandel oder Nüsse  
6 bittere Mandeln mit mahlen ODER  
6 El Obstler  
250 g Naturreis mahlen  
2 Kardamomkapseln mit mahlen  
1 Pimentkorn mit mahlen  
1 Prise Salz  
200 g Maiskörner grob mahlen ( Grissähnlich )  
1 Tüte Backpulver f 500 g Mehl  
500 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser  
200 g Zuckerrübensirup

Kakaobutter zerlassen, beiseitestellen,  
Mandeln o Nüsse in einer trocknen Pfanne rösten und mahlen, mit den anderen trocknen Zutaten vermischen, in eine Rührschüssel geben, den Rührhaken langsam laufen lassen, kohlenensäurehaltiges Mineralwasser und Zuckerrübensirup dazu und gut verrühren, abschmecken ob süß genug, 6 El Obstler mit unterrühren lassen, fast abgekühlte Kakaobutter dazu und alles zusammen gut 4-5 min auf Mittelstufe verrühren lassen, in eine 30 cm mit Backpapier ausgefüllte Kastenbackform gießen, ( Suppen ähnlich ) Glattschütteln oder glatt streichen,  
in den kalten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 80 min backen, Tür öffnen, nach ca 30 min, die Form raus nehmen aus dem Backofen, schräg stellen am Backpapier anfassen und rausziehen auf ein Kuchenrost abkühlen lassen, erst dann das Backpapier entfernen,  
den Kuchen möglichst eine Nacht Ruhen lassen, dann ist er auch trocken außerhalb, und die Gewürze können sich entfalten,

Eigenes Rezept Samstag, 19. Dezember 2009 Hans

## Mandelkuchen Darzin F Vegan

Zutaten für 1 Portionen  
200 g Mandel(n), süße +  
18 Mandel(n), bittere zusammen geröstet +  
300 g Buchweizenkörner, ganz +  
100 g Naturreis ( Mittelkorn ) +  
100 g Amaranthkörner, ganz, zusammen mahlen  
200 g Rohrzucker  
1 Prise Salz  
1 TL Vanille, mahlen, (Bourbon) ODER  
3 Tüte/n Vanillezucker (Bourbon)  
2 Tüte/n Backpulver, (Weinsteinbackpulver)

1 TL Kaffee, türkischen, trocken, ( habe keinen anderen) müsste aber jeder schwarz gerösteter Kaffee auch gehen  
700 ml Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges \*

Alle trockenen Zutaten vermischen, dann das Wasser untermischen, 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. Nadelprobe.

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

Hinweis: Nehme gerne Amaranthkörner, nicht nur der vielen Nährstoffe wegen, sondern es macht bei reinem Buchweizenteig das Ganze nicht so trocken.

Hinweis : \* Kohlenensäurehaltiges Mineralwasser gibt beim Rühren Kohlenensäure frei, wodurch ein spontaner Gärprozess in Gang gesetzt wird: das Mehl verbindet sich schnell + intensiv mit dem Wasser, die Kohlenensäure wird eingeschlossen + hebt beim backen den Teig in die Höhe.

Bemerkungen: Kuchen war wie jetzt schon gewohnt, locker/ weich/ feucht ( nicht klitsch ), der Mandelgeschmack könnte intensiver sein, leider haben die kalifornischen Mandeln ja keinen Geschmack.

Aber noch besser würde der Kuchen natürlich mit gerösteten Haselnüsse gehen, nur ich habe keine im Haus + Madam mag Haselnüsse nicht so gerne.

Zum Anschneiden hat sich das Tomatensägemesser als am besten herausgestellt, ich kann „sägen“/ schneiden, nicht drücken, der Kuchen 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 „normalem“ Mehl. Guten Appetit.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
28.06.05 Hans60

Veränderung F



Ca 80 g eingelegte Rumrosinen  
Ca 100 ml mehr an Wasser, habe dieses Jahr extrem trockenen Buchweizenkörner.

Mittwoch, 31. Mai 2006

### Mandelkuchen Yangiyo` I b F

glutenfrei u eifrei u milchfrei u flüssiger Süßstoff

Zutaten für 1 Portionen

- 300 g Banane(n), pürieren
- 300 g Buchweizenkörner, mahlen
- 50 g Naturreis ( Mittelkorn ), mahlen
- 50 g Amaranthkörner, mahlen
- 200 g Mandel(n), süße, mahlen +
- 10 Mandel(n), bittere, mahlen
- 1 Msp. Vanille - Pulver
- 1 Prise Salz
- 1 Tüte/n Backpulver (Weinstein)
- 3 TL Süßstoff, flüssigen
- 400 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges
- 1 Zitrone(n), Abrieb + Saft

Alle Zutaten in die Küchenmaschine + ca. 6-7 min auf kleiner Stufe rühren lassen. In die mit Backpapier ausgelegte Springform gießen, evtl. glatt streichen.

Im kalten Backofen bei 160°C Umluft ca. 50 min backen. Nadelprobe

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

## Veränderung F



Anstatt flüssigen Süßstoff, flüssigen Stevia, abschmecken, richtet sich auch nach der Süße der Bananen.  
300 g TK Kirschen gefroren in den fertigen Teig geben, etwas unter mischen.

In eine mit Backpapier ausgelegte 26 cm Ringform / Springform geben, in den kalten Backofen bei 160°C Umluft ca 60 min backen

Hans

## Möhren Kuchen Kabutarkhän F Vegan

glutenfrei / milchfrei / eifrei



Zutaten für 15 Portionen

200 g Mandel(n), süße +

20 Mandel(n), bittere zusammen rösten +

300 g Buchweizenkörner, ganz +

150 g Naturreis, ( Mittelkorn ) +

50 g Amaranthkörner, 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, kohlenensäurehaltiges

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 Amaranthkörner, nicht nur der vielen Nährstoffe wegen, sondern es macht bei reinem Buchweizenteig, das Ganze nicht so trocken.

Hinweis : Kohlenensäurehaltiges Mineralwasser gibt beim Rühren Kohlenäure frei, wodurch ein spontaner Gärprozess in Gang gesetzt wird: das Mehl verbindet sich schnell + intensiv mit dem Wasser, die Kohlenäure 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 Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
05.07.05 Hans60

## Veränderung

20 g bittere Schokolade 70 % obendrauf geraspelt, vorm backen.

Donnerstag 29. November 2007

Hans

## Möhren Marzipan Kuchen 8 Ei F

Saftiger Möhren "Marzipan" Kuchen

Glutenfrei + Milchfrei + eigenes Rezept



Zutaten für 1 Portionen

400 g Mandel(n), mahlen

18 bittere Mandeln mit mahlen

650 g Hirsekörner gekochter, kalt, 200 g roh,

8 Ei(er)

200 g Rohrzucker

1 Prise Salz

1,5 TL Backpulver

150 g Maiskörner , mahlen

4 cl Rum, 54 %

400 g Möhre(n), fein geraspelte

Die Zutaten von Mandeln bis Rum gut zusammen vermischen + zum Schluss die Möhren untermischen.

In eine mit Backpapier ausgelegte 26-iger Ringform gießen.

In den kalten Backofen bei ca 140° Umluft ca. 80 min backen, Nadelprobe.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

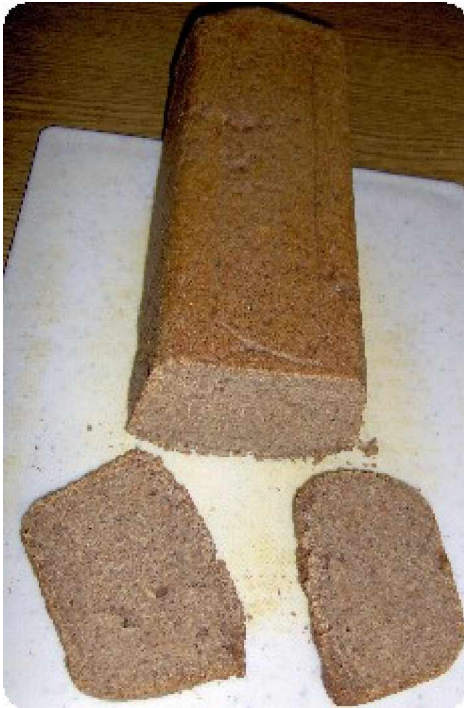
Sonntag, 17. Juni 2007 Hans60

## Möhren oder Rotweinkuchen F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Sojafrei u Vegan

35 cm Kastenbackform mit Backpapier

2,2 kg



750 ml trockenen Rotwein 14 %  
350 g Naturreis mahlen  
300 g Buchweizenkörner mahlen  
3 Nelke mit mahlen  
2 Kardamomkapseln mit mahlen  
1 Piment mit mahlen  
1 Prise Salz  
1 Tüte Backpulver f 500 g Mehl  
250 g Puderzucker  
200 g Mandeln geröstet u mahlen  
500 g Möhren feingeraspelt  
30 g Ingwer mit geraspelt  
150 g Kakaobutter o Margarine laktosefrei

Kakaobutter o Margarine verflüssigen, beiseitestellen,  
Mandeln in einer trocknen Pfanne rösten und mahlen,  
alle trocknen Zutaten zusammen vermischen, in eine Rührschüssel ( Kü-  
chenmaschine ) geben, Rührhaken anstellen, die fein geraspelten Möhren  
dazu geben, verrühren, Rotwein dazu, miteinander verrühren, die verflüs-  
sigte und etwas abgekühlte Kakaobutter o Margarine, dazu, alles gut 4  
min auf Mittelstufe verrühren lassen, abschmecken ob es süß genug ist.

in eine 35 cm mit Backpapier ausgefüllte Kastenbackform gießen, glatt  
schütteln, suppenartig.  
in den kalten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 90 min backen, Nadelpro-  
be,

nach dem völligen Erkalten des Kuchens, das Backpapier vorsichtig entfernen.

Optimal ist es, den Kuchen 1 Nacht ruhen zu lassen, damit das Aroma der gerösteten Mandeln, Ingwer und Gewürze sich entfalten können, Kuchen umdrehen und mit einem Sägemesser (Tomatenmesser) aufschneiden

eigenes Rezept Donnerstag, 17. Dezember 2009 Hans

Möhren oder Weißweinkuchen F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Sojafrei u Vegan

35 cm Kastenbackform mit Backpapier

2,2 kg



750 ml trockenen Weißwein 13 %

350 g Naturreis mahlen

300 g Maiskörner mahlen

1 Nelke mit mahlen

2 Kardamomkapseln mit mahlen

1 Piment mit mahlen

1 Prise Salz

1 Tüte Backpulver f 500 g Mehl

250 g Zucker, Vollrohrrohrzucker

200 g Mandeln

500 g Möhren fein geraspelt

7 Ei Obstler

150 g Kakaobutter o Margarine laktosefrei

Kakaobutter o Margarine verflüssigen, beiseitestellen,  
Mandeln in einer trocknen Pfanne rösten und mahlen,  
alle trocknen Zutaten zusammen vermischen, in eine Rührschüssel ( Kü-  
chenmaschine ) geben, Rührhaken anstellen, die fein geraspelten Möhren  
dazu geben, verrühren, Weißwein dazu, miteinander verrühren, die ver-  
flüssigte und etwas abgekühlte Kakaobutter o Margarine, dazu, alles gut 4  
min auf Mittelstufe verrühren lassen, abschmecken ob es süß genug ist,  
nun noch den Obstler unterrühren, lassen.

in eine 30 cm mit Backpapier ausgefüllte Kastenbackform gießen, war für  
meine Begriffe ein wenig zu viel, so dass ich das ganze in eine 35 cm Kas-  
tenbackform hob, hätte aber auch 30 cm gereicht, ist nicht allzu viel auf  
gegangen glatt schütteln, suppenartig.

in den kalten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 90 min backen, Nadelpro-  
be,

nach dem völligen erkalten des Kuchens, das Backpapier vorsichtig ent-  
fernen.

optimal ist es den Kuchen 1 Nacht Ruhen zu lassen, damit die Gewürze  
gut durchziehen.

eigenes Rezept Dienstag, 8. Dezember 2009 Hans60

Nuss Apfel Torte Karazartas 1 Eigelb F

Glutenfrei



1 Mürbeteig , z.B. Rezept III

### Füllung

100 g Walnusskerne mahlen

50 g Haselnüsse mahlen

10 bittere Mandeln mahlen

550 g Äpfel

1 Zitrone Abrieb + Saft

2 cl Himbeergeist

50 g Margarine

80 g Honig

1 Eigelb

Belag:

1 Beutel gehobelte Mandeln

Äpfel um den Griebsch herum fein raspeln,  
( die Äpfel sind z.Z. neue Ernte, daher sehr saftig, diesen Saft abnehmen, sonst bekommt man nachher Probleme, oder Mann muss nachher ein Getreide mahlen zugeben, um es zu binden, ich nahm 100 g Naturreis mahlen.)

die Walnüsse + Haselnüsse + bittere Mandeln, Zitronenabrieb + Saft sowie Himbeergeist dazu geben.

Die Butter zerlassen, mit dem Honig + dem Eigelb unter die Nussfüllung, so das eine feste aber streichfähige Masse entsteht.

Den Backofen auf 180°C vorheizen.

Eine 26 cm Ringform mit Backpapier auslegen.

Den Mürbeteig dünn auslegen, dabei einen Rand bilden.

( aus dem Restteig schmale Streifen ausfädeln, laut Originalrezept, dies ist aber bei Glutenfreiem Getreide, mir noch nie gelungen, deshalb nehme ich alles für den Boden/Rand )

Die Füllung auf dem Teigboden verteilen, +

Belag:

darauf die Mandelnblättchen verteilen,

laut Original jetzt die Teigstreifen im Gittermuster auflegen.

Die Torte bei 180°C backen, ca 60 min

oder bei 150°C Umluft ca 60 min

Variante :

Wenn keine Walnüsse vorhanden sind, kann man sie durch Haselnüsse ersetzen + die mahlen Nüsse in der Pfanne etwas rösten.

Montag, 18. September 2006 Hans60

Quittenkuchen F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

## 26 cm Ringform mit Backpapier



1250 ml Quittensaft ca  
450 g Fruchtfleisch passiert, ca  
50 g laktosefreie Margarine  
200 g s Mandeln mahlen  
10 bittere Mandeln mit mahlen  
1 Prise Salz  
450 g Naturreis mahlen  
2 Kardamom mit mahlen  
1 Piment mit mahlen  
250 g Zucker oder mehr

die Zutaten der Reihe nach in eine Rührschüssel geben, gut verrühren lassen, abschmecken, ob süß genug, mir reichten die 250 g, nun diese Masse in eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform gießen,

In den kalten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 80 min backen, in 2. Schiene,

ca 20 min im geöffneten Backofen lassen, dann auf einen kleinen umgedrehten Kochtopf stellen, der Ring löst sich mit der Zeit, gleitet runter, Backpapier erst nach dem völligen Erkalten, entfernen.

Eigenes Rezept

Die Säure des Quittenfleisch kommt gut hervor,

eigenes Rezept, Samstag, 24. Oktober 2009 Hans60

## Reismehlkuchen mit Pflaumen F

glutenfrei / eifrei / milchfrei

## 24 cm Bratpfanne mit Deckel u Backpapier



Zutaten für 12 Portionen  
55 g ungehärtete Margarine

50 g Honig, bis 60 g

¼ TL Zimt, mahlen

110 g Naturreis mahlen

55 g Nüsse, beliebige, mahlen

75 ml Mineralwasser, kaltes kohlenensäurehaltiges

600 g Pflaumen

Fett, für die Pfanne

### Zubereitung

Butter/ Margarine mit dem Honig und dem Zimt schaumig rühren. Dann das Reismehl, die Nüsse, und das Mineralwasser dazu geben und alles schnell verrühren. Den Teig etwa 20 min quellen lassen.

Inzwischen die Pflaumen waschen, halbieren, und entsteinen. Eine Pfanne mit Deckel, 24 cm, einfetten.

Den Teig nochmals durchrühren, auf dem Pfannenboden verteilen und einen Rand bilden. Die Pflaumen auf dem Teig verteilen. Den Kuchen zugedeckt auf Stufe 1,5 von drei möglichen Stufen in etwa 30 min von unten braun backen. Den Kuchen in der Pfanne etwas abkühlen lassen, dann herausnehmen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.03.05 Hans60

### Veränderung

Da ich z.Z. keine Teflonbeschichtete Bratpfanne habe, nahm ich Backpapier in eine Keramikbeschichtete Bratpfanne, eigenartigerweise verlängerte sich die Backzeit um das doppelte..

Hans

Reismehl Kuchen Veränderung: F Vegan  
Glutenfrei



75 ml Mineralwasser, kaltes kohlenensäurehaltiges  
¼ TL Zimt, mahlen  
110 g Naturreis mahlen  
60 g Margarine  
60 g Zuckerrübensirup  
60 g Mandeln mahlen  
650 g wilde Pflaumen

in eine 24 cm Bratpfanne mit Backpapier, Backzeit ca 60 min  
auf Stufe II von sechs möglichen,  
kann man den Kuchen, auch wenn er noch warm ist, gut von der Pfanne  
ziehen,

somit ist der Kuchen auch Vegan

Samstag, 12. September 2009 Hans60

Rührkuchen XI 4 Ei F Rum  
Glutenfrei + Milchfrei ( Reis )

30 cm Kastenbackform



#### 4 Ei

1 Prise Salz

200- 250 g Zuckerrübensirup

540 ml Rum 54 %

450 g Naturreis mahlen

50 g Amaranthkörner mahlen

3 Kardamomkapseln ganz, mit mahlen

1 Tüte Backpulver

0,5 TI Vanillepulver

100 g Mandeln mahlen

Eier mit Salz und Zucker cremig rühren, die Hälfte des Rum dazu, sowie Übrigen trocknen Zutaten gut vermischen und erstmals die Hälfte langsam zum Ei- Zucker- und Rum einrieseln, dann wieder den Rum, sowie dann den Rest Trockenmasse, alles noch auf Mittelstufe gut 4 –5 min verrühren lassen, sehr dünnflüssig.

In eine 30 cm mit Backpapier ausgefüllte Kastenbackform gießen, wackeln mit der Form, so das es sich überall hin ausfüllt,

in den kalten Backofen bei ca 130°C Umluft ca 90 - min backen, Nadelprobe.

Ca 20 min in der Form sich noch verfestigen lassen, dann vorsichtig rausheben, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen, dann erst Backpapier entfernen, mit einem Tomaten- bzw Sägemesser vom Boden her anschneiden.

PS: durch Amaranthkörner ist der Kuchen saftig, aber kein Klitsch

Eigenes Rezept, Montag, 28. April 2008 Hans60

## Schokoladen Rum Kuchen F Vegan

glutenfrei / milchfrei / eifrei / sojafrei



Zutaten für 18 Portionen

- 5 Banane(n), ca 500 g, geschält gewogen
- 200 g Mandel(n), süße, mahlen
- 3 Mandel(n), bittere, mahlen (kann auch wegfallen)
- 3 Tasse/n Maiskörner, mahlen (ca 450 g )
- 5 EL Kakaopulver, (ohne Zucker )
- 2 TL Korianderkörner, mahlen
- 1 Prise Meersalz
- Zitronensaft, wer will
- 2 Tüte/n Backpulver, Weinsteinbackpulver
- 2 Tasse/n Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges
- 1 Tasse/n Rum, 54 % ( 1Tasse ca 200 ml)

### Zubereitung

Bananen vermischen. Die trockenen Zutaten miteinander vermischen. Rum + Wasser zum Mus geben, leicht vermischen, trockene Zutaten dazu, gut verrühren.

In eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Königskuchenform gießen, glatt streichen.

Bei 170°C Umluft OHNE vorheizen in der 2. Schiene von unten ca. 70 min backen, eine Nadelprobe machen - ich habe noch 20 min mehr gebacken. Aus dem Ofen nach ca. 5- 10 min, dann auf ein Kuchenrost stürzen, Backpapier vorsichtig lösen, auskühlen lassen.

Mir war er auch süß genug.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

26.10.04 Hans60

### Veränderung

Bananen waren nicht süß genug,  
100 g Vollrohrzucker dazu, deshalb noch

## 2 gute Schuss guten trocknen Rotwein

Fett für 2 Muffinsbleche,

im vorgeheizten Backofen bei 140°C Umluft 30 min gebacken.

Mittwoch, 25. Juli 2007 Hans60

## Schokoladenkuchen Anär F Vegan

Glutenfrei, Eifrei u Milchfrei



15 Portionen

17-20 bittere Mandeln +  
200 g süße Mandeln gut rösten, bis sie duften + mahlen

50 g blauen Mohn anrösten mahlen.

150 g Maiskörner ( kein Popkorn) +  
150 g Buchweizenkörner +  
100 g Amaranthkörner +  
100 g Natur Reis ( Mittelkorn ) mahlen.

0,5 TI Bourbon Vanille Pulver ODER  
2 Tüten Bourbon Vanille Zucker

5 El Kakaopulver o. Zucker  
2 TI türkischen Kaffee, mahlen ODER  
2 TI italienischer Espresso mahlen.  
1,5 Tüte Weinsteinbackpulver  
2 Prisen Salz

flüssigen Süßstoff für 220 g Zucker \*\

\*\ wenn Vollrohrzucker, dann 220 g Kohlensäurehaltiges Mineralwasser, mehr, sehr wichtig...

10 Ei Rum 54 %

700 ml Kohlensäurehaltiges Mineralwasser

30 cm Königskuchenbackform

dafür Backpapier

alle trockenen Zutaten miteinander verrühren.  
Dann die flüssigen Zutaten untermischen,  
Es muss wie Rührteig, sein, lieber etwas mehr, geht besser auf.

In eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Königskuchenbackform gießen.

In den kalten Backofen, ca 110 min, bei 160\_ Umluft  
Bei Ober- + Unterhitze, vorheizen auf ca 180 - 190\_, ca 90 min backen.

Eigenes Rezept, Montag, 18. April 2005 Hans60

25.07.05 Hans60

Veränderung

Anstelle 10 Ei Rum, 9 cl Rum 54 %

Donnerstag, 25. Januar 2007 Hans60

Hinweis Ei

Das Ei in den Titelleisten, bedeutet nur,

das sich im Rezept,

Ei Produkte + deren Anzahl, befinden

Hinweis S

Soja oder Tofu oder Tamari im Rezept

Hinweis F

Bedeutet ein Foto, im Rezept

Hinweis

Es sind alle getestet + meist auch selbst zusammen gestellt.

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Freitag, 27. Mai 2011

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