



# MOHN-MANDEL-KOKOSKUCHEN

## Zutaten:

- 250g Buchweizenmehl oder anderes Vollkornmehl
- 85g gemahlener Mohn
- 85g geriebene Mandel
- 85g Kokosflocken
- 200g Reismalz
- 50g Rosinen
- 15g Weinsteinbackpulver
- 0,5 L Reismilch oder anderes
- 1 gestrichener Teelöffel Natursalz
- 1 Teelöffel Zimt
- 1 ½ Teelöffel Vanille
- 200ml Apfelmus gedünstet oder Bio- Apfelmus ohne Zucker gekauft
- Zitronenschale gerieben

## Zubereitung:

1. Mehl mit Mohn, Mandeln, Kokosflocken, Salz, Zimt, Weinsteinbackpulver und geriebener Zitronenschale vermischen.
2. Reismalz, Rosinen, Apfelmus und Reismilch gemeinsam pürieren.
3. Alles zusammenmischen und in eine gefettete Kuchenbackform füllen.
4. Bei 180° C ca. 45 Minuten backen.

➔ Dieser Kuchen ist sehr saftig.