

Himbeer-Bananen-Kokoskuchen

ZUTATEN FÜR 10 STÜCK HIMBEER-BANANEN-K OKOSKUCHEN

200 ml Kokosöl
40 g Kokoszucker
2 Eier
3 reife Bananen
1 Pckg. Vanillezucker
200 g (glutenfreies) Mehl, z.B. von
Mantler Mühle
140 g Kokosmehl
½ Pckg. Backpulver
1 Prise Salz
85 g Kokosflocken
½ Becher Sauerrahm
225 g gefrorene Himbeeren

ZUBEREITUNG

1.) Backofen auf 180°C Umluft vorheizen. Bananen schälen und Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdrücken. Kokoszucker, Vanillezucker, Kokosöl, Bananen und Eier mit einem Handrührgerät gut vermischen. 2.) Nun die trockenen Zutaten wie Mehl, Kokosmehl, Backpulver, eine Prise Salz und Kokosflocken hinzugeben. Nun Sauerrahm unterrühren – so lange verrühren, bis alles gut vermischt ist, aber nicht zu lange rühren. Wenn die Masse zu trocken ist, noch etwas Sauerrahm oder (Kokosmilch) hinzugießen. 3.) Die gefrorenen Himbeeren vorsichtig unterrühren und das Ganze in eine mit Backpapier ausgekleidete Kastenform geben. Die Form in den vorgeheizten Ofen geben und für ca. 45 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Etwa 15 Minuten vor Backende den Kuchen mit Kokosraspeln bestreuen und fertig backen. Kuchen etw. abkühlen lassen und in Scheiben schneiden.



Scan me!

