

Nussiger Karottenkuchen mit Cashewcreme

VON VEGAN WORLD 13. APRIL 2022



Foto: Maximilian Bartsch

Du möchtest deine Gäste an Ostern mit einem schicken Karottenkuchen überraschen? Mit diesem Rezept von Kochbuchautorin Sophia Lewis gelingt dir deine Mission garantiert. Achtung: Den Ei-Ersatz für dieses Rezept solltest du am Vorabend deiner Backsession einplanen. Have fun!

Nussiger Karottenkuchen mit Cashewcreme



🍴 Portionen

8 Personen



ZUTATEN

- 400 ml Kokosmilch (aus der Dose)
- 275 g gemahlene Haselnüsse
- 275 g Karotten
- 200 g Cashewnüsse
- 125 ml Walnussöl
- 110 g gemahlene Mandeln
- 100 g Kokosblütenzucker
- 90 g Rosinen
- 75 g Kokosraspeln
- 2 reife Bananen
- 2 cm breites Stück Ingwer
- 6 EL Ahornsirup
- 3 EL Chiasamen
- 2 EL Kokosöl
- 2 EL Backpulver
- 2 TL Vanillepulver
- 1 TL Zimt
- 1 TL Vanillepulver
- 1/4 TL frisch geriebene Muskatnuss
- Saft einer Zitrone
- Prise Meersalz
- Kokosöl zum Einfetten

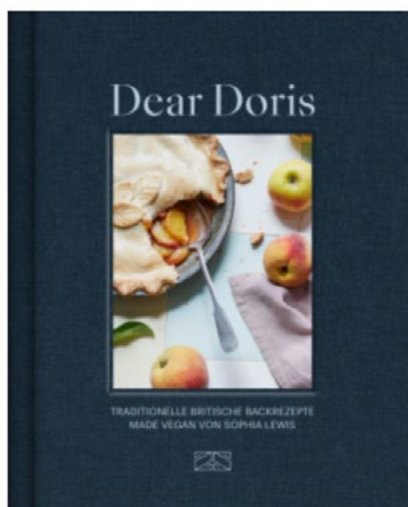
ANLEITUNGEN

1. Am Vorabend den Chia-Ei-Ersatz zubereiten. Dazu 3 EL Chiasamen mit 200 ml Wasser mischen. Ich benutze dafür ein altes Glasgefäß. Nach dem Mischen schüttle ich das Glas und stelle es über Nacht in den Kühlschrank. Am nächsten Morgen hat die Masse eine Textur, die der eines rohen Eis sehr ähnlich ist. Die Mischung ist perfekt, um damit zu backen, weshalb ich sie immer im Kühlschrank parat habe. Als Ersatz für ein Ei reicht 1 EL davon aus.
2. Die Cashewkerne für mindestens 4 Stunden in Wasser einweichen, am besten über Nacht.
3. Den Backofen auf 160 °C vorheizen.
4. 5 Esslöffel der am Vorabend zubereiteten Chia-Ei-Masse mit dem Kokosblütenzucker und Vanillepulver in eine Rührschüssel geben. Mit einem Handmixer oder einer Küchenmaschine gut verrühren.
5. Die Karotten waschen und raspeln.
6. Die Bananen mit einer Gabel zu einem Brei zerdrücken.
7. Den Bananenbrei mit dem Zucker und den Chiasamen 2–3 Minuten bei hoher Geschwindigkeit vermischen.

8. Dann das Öl und den frisch geriebenen Ingwer sowie die geriebenen Karotten hinzufügen. Nochmals 1–2 Minuten mischen.
9. Die restlichen Zutaten in eine Schüssel geben und vermengen. Je ein Viertel der vorbereiteten Mischung unterheben. Gut mischen und dann das nächste Viertel hinzugeben, bis alle Zutaten zu einer glatten Masse vermischt sind.
10. Drei 15 cm große Kuchenformen mit Kokosöl einfetten. Die Mischung hineingießen und gut andrücken. Ich fahre gerne mit einem Messer um den Rand, um die Kuchenmischung von der Form zu trennen. Dies hilft, um den Kuchen nach dem Backen zu lösen.
11. Den Kuchen 80 Minuten im Ofen backen. Um zu prüfen, ob der Kuchen fertig ist, einfach ein Holzstäbchen mittig hineinstecken. Wenn beim Herausziehen kein Teig am Stäbchen klebt, ist er fertig.
12. Den Kuchen abkühlen lassen und anschließend aus der Backform lösen.
13. Das Kokosöl bei schwacher Hitze erwärmen, bis es flüssig ist.
14. Die Cashewnüsse abtropfen lassen und mit allen anderen Zutaten einschließlich dem warmen Kokosöl im Mixer oder einer Küchenmaschine vermischen. Bitte achten Sie darauf, dass das Öl nur warm und nicht heiß ist.
15. Alle Zutaten vermischen bis eine weiche, glatte Paste entsteht.
16. Den ersten Kuchen mit einer Schicht Sahne bedecken, dann den nächsten Kuchen wie ein großes Sandwich darauflegen. Nochmals mit einer Schicht Sahne bedecken und die letzte Kuchenschicht darauflegen
17. Den Rand des Kuchens ebenfalls mit der Sahne bestreichen und mit einem Kuchenglasurschaber oder einem flachen Holzspatel glätten. Ich finde diese Optik der unten zu sehenden fertigen Torte sehr modern – ähnlich wie ein hauchdünner Seidenstoff, der die Torte einhüllt.
18. Nach Belieben mit Früchten dekorieren.

REZEPT HINWEISE

Dieses Rezept stammt von:



Sophia Lewis Autorin von „[Dear Doris](#)“.

Weitere leckere Rezept-Inspirationen findest du auf ihrem Instagram-Account [dear_doris_official](#).