

Wichtiger Hinweis: Passe bitte das Rezept der individuellen Verträglichkeit an.



Frucht-Cake

Nicht für die 1. Phase/Weglassphase geeignet wegen des Agavendicksaftes!

280 g Dinkelmehl hell
50 g Mandeln gemahlen
2 gehäufte TL phosphatfreies Backpulver
¼ TL Salz

60 g Reissirup
60 Agavendicksaft
8 Tropfen Stevia
100 g Rapsöl (geschmacksneutral z.B. Prix Garantie von Coop)
100 g Reisdrink
120 g Frucht

Zuerst wägen Sie die Zutaten bis und mit Salz in eine Schüssel und rühren alles gut durcheinander.

Dann die restlichen Zutaten dazu wägen, gut verrühren und zu einem Teig vermengen.

Masse in die Cakeform geben und auf 180 Grad 35 - 40 Minuten backen. Je nachdem, ob Sie den Cake lieber etwas feuchter oder eher trockener mögen. Einige Minuten im ausgeschalteten, wenig geöffneten Ofen ruhen lassen.

Dieser Cake bleibt etwas feucht und das muss so sein.