

Kürbis-Möhren-Brot

🌱 vegetarisch ⌚ Zubereitungszeit: etwa 30 Min. / Backzeit: etwa 50-60 Min. ||| mittel



Bild: © Ariane Bille für BVEO

Zubereitung

- Backofen auf 180° vorheizen und eine Kastenform einfetten.
- Einen großen Topf mit Wasser zum kochen bringen. Kürbis und Möhren waschen, trocken reiben, von Strunk und Kernen befreien und in grobe Stücke schneiden. Gemüse in das kochende Wasser geben und etwa 20 Min. bissfest garen. Aus dem Wasser nehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen und fein pürieren. Eier und Olivenöl dazugeben und alles miteinander zu einer feinen Masse vermischen.
- Mehl, Kürbiskernmehl, Backpulver, Zucker, Zimt, Kardamom und Salz in einer Schüssel vermengen und nach und nach mit Hilfe eines Schneebesens mit dem Kürbis-Möhren-Püree zu einem glatten Teig vermischen.
- Teig in die Form geben und das Kürbis-Möhren-Brot auf mittlerer Schiene im Ofen etwa 50–60 Min. backen. Mit einem Stäbchen testen, ob der Kuchen fertig ist (wenn kein Teig mehr am Stäbchen klebt, ist er gar) und anschließend auskühlen lassen.
- Für das Topping Frischkäse, Zitronensaft und Honig verrühren, auf den Kuchen streichen und genießen.

Zutaten für 1 Kastenform:

Für den Teig:

- 200 g Hokkaido-Kürbis
- 100 g Möhren
- 3 Eier
- 100 ml Olivenöl
- 200 g Weizenmehl
- 50 g Kürbiskernmehl
- 3 TL Backpulver
- 100 g Rohrohrzucker
- 1 TL Zimt
- ½ TL Kardamom

Für das Topping:

- 300 g Frischkäse
- 1–2 TL Zitronensaft
- 1 EL Honig

Kürbis-Möhren-Brot



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEO“ oder „Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse“ an Bild und Text. Die angehängten Daten dürfen nur für Zwecke der Information über Obst und Gemüse verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte sowie die Veränderung des Datenmaterials ist nicht gestattet. Eine erneute Verwendung zu einem anderen Zeitpunkt oder Zweck bedarf einer erneuten Genehmigung durch das Pressebüro Obst und Gemüse. Wir freuen uns über ein Belegexemplar oder eine kurze E-Mail, wenn Sie unser Material nutzen.