

# Goldene-Milch-Kuchen mit Süßkartoffeln

Zutaten für 1 kleine Springform (Ø ca. 18 cm)

Für den Boden

- 1 kleine Springform (Ø ca. 18 cm)
- 100 g entsteinte Datteln - grob zerkleinern
- 75 g Pekannüsse - grob zerkleinern
- 75 g Paranüsse - grob zerkleinern
- 80 g Kokosraspeln
- 30 g Kakaonibs
- 1 EL Kokosöl
- 1 TL Zitronensaft

Für die Füllung

- 200 g Süßkartoffeln - schälen und würfeln
- 400 ml Kokosmilch
- 4 EL Yaconsirup
- 2 EL Kokosöl
- 1 TL Kurkuma
- 1 TL geriebener Ingwer
- ½ TL gemahlene Vanille
- ½ TL Agar Agar (pflanzliches Geliermittel)
- 1 Prise Pfeffer
- Früchte Ihrer Wahl (zur Deko)

## Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 30 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 8 Stunden

Die Nüsse in einem Hochleistungsmixer auf niedriger Stufe mixen (kleinere Stückchen sind ok). Anschliessend alle anderen Zutaten für den Boden dazugeben und nochmals kurz mixen, ggf. mit dem Stössel nachhelfen.

Den Boden der Springform mit Backpapier bedecken, damit sich der Kuchen später besser aus der Form lösen lässt. Den Bodenteig aus dem Mixbecher heraus schaben, gleichmässig in die Form drücken und in den Kühlschrank stellen.

Für die Zubereitung der Füllung alle Zutaten, bis auf Agar Agar, in einen Topf geben und so lange bei geringer Temperatur köcheln lassen, bis die Süsskartoffeln weich sind. Anschliessend alles mit einem Pürierstab fein pürieren.

Dann Agar Agar dazugeben und unter Rühren 2 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen. Die Masse in der Springform gleichmässig auf dem Boden verteilen und 8 Stunden im Kühlschrank kaltstellen.

Schliesslich mit Früchten der Saison belegen, in gleichgrosse Stücke schneiden und servieren.

**Tipp:** Den angeschnittenen Kuchen kann man 2 bis 3 Tage im Kühlschrank aufbewahren - dann jedoch die Früchte vorher vernaschen.

#### **Nährwerte pro Stück**

Kalorien: 297 kcal, Kohlenhydrate: 18 g, Eiweiss: 5 g, Fett: 23 g



#### **Link zum Rezept**

<https://zdg.de/goldene-milch-kuchen.html>