

# Obstkuchen

## Zutaten für 12 Portionen

### Für den Kuchen

- 100 g vegane Zartbitterschokolade
- 500 g beliebiges Obst
- 150 g Vollkornmehl
- 100 g Haselnüsse
- 100 g Alsan

### *Weitere Zutaten und Gewürze*

- 30 g Xylit (Zuckeraustauschstoff)
- 1/2 TL Ursalz
- 4 EL kaltes Wasser
- Sesamöl (nach belieben Mandelöl) zum Einfetten

### Für die Glasur

- 500 ml Fruchtsaft oder Wasser
- 3 EL Marmelade, erwärmt und glattgerührt

## Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 30 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 35 Minuten

Die Nüsse in einer heißen Pfanne ohne Fett anrösten und fein mahlen. Mehl, Alsan, Xylit sowie das kalte Wasser zugeben und mit den Händen einen Mürbeteig bereiten. Den Teig im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen.

Eine Obstkuchenform einfetten, den Teig drauf verteilen, mit der Gabel an verschiedenen Stellen einstechen und bei 200° C ca. 20 Minuten backen.

Die Schokolade in einem Topf schmelzen und mit einem Pinsel auf dem erkalteten Kuchenteig verteilen.

Nach Erkalten mit Obst belegen und mit der warmen flüssigen Marmelade bestreichen.

Nach Erkalten wird der Tortenguss schnittfest.

Hier finden Sie unsere Kochfilme bei [YouTube](#).

#### **Nährwerte pro Stück**

Kalorien: 291 kcal, Kohlenhydrate: 26 g, Eiweiss: 5 g, Fett: 18 g



#### **Link zum Rezept**

<https://zdg.de/obstkuchen.html>