

RAPHAELS RANDEN KÜCHLEIN

**FRECHE
FREUNDE**
Schweiz



Schon gewusst? Randen lassen sich perfekt mit Schokolade kombinieren, denn der leicht erdige Geschmack passt hervorragend zu Kakao. Wenn Du aber absolut keine Randen magst, dann kannst Du anstatt dessen auch Karotten oder Süsskartoffeln verwenden. Die Vorgehens- und Zubereitungsweise bleibt genau wie hier im Rezept, dafür ist das Geschmackserlebnis abwechslungsreich anders.

FRECHER TIPP

Du kannst auch, je nach Kuchenform, die doppelte Menge an Teig nehmen. Diese reicht für eine 26er Springform oder für 12 große Muffinförmchen.

ZUBEREITUNG

Schritt 1: Alle trockenen Zutaten wie Hafer- und Kokosmehl, Stärke, Kakaopulver, Backpulver und Vanille in eine große Schüssel geben und miteinander vermengen.

Schritt 2: Chiasamen mit dem Wasser vermengen und für 5 Minuten aufquellen lassen. Vorsicht, Eure Kleinen sollten davon nicht naschen, Chiasamen quellen stark auf.

Schritt 3: Rote Beete waschen, klein schneiden und mit der Pflanzenmilch in einen Mixer geben. Gut mixen, bis ein Rote Beete-Püree entsteht.

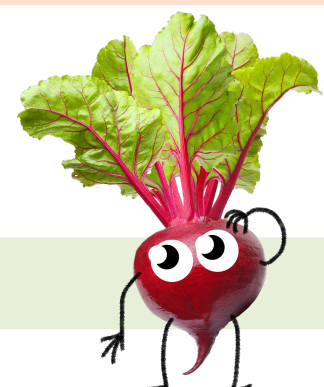
Schritt 4: Das Rote Beete-Püree mit den restlichen Zutaten zur Mehlmischung geben und alles mit Hilfe eines Teigschabers gut vermengen. Wichtig: Keinen Handmixer verwenden, da der Teig sonst eine klebrige Konsistenz bekommt.

Schritt 5: Die Kuchenförmchen mit etwas Margarine fetten und mit Mehl ausstäuben. Den Teig hineingeben und im vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze 180 Grad) für 25 Minuten backen. Gut auskühlen lassen.

Schritt 6: Den Puderzucker in eine Schale geben und mit etwas Rote Beete Saft verrühren, so dass ein zähflüssiger Zuckerguss entsteht. Auf den Kuchen auftragen und genießen!

ZUTATEN (6 Portionen)

- 175 g frischer Randen
- 3 EL Puderzucker und etwas Randensaft
- 100 ml Pflanzendrink
- 200 g Hafermehl
- 25 g Stärke
- 100g Agavendicksaft
- 30g Kakaopulver
- 5g Backpulver
- 1 EL Chiasamen + 3 EL Wasser
- 70g Pflanzenöl
- etwas gemahlene Vanille



VIEL SPASS BEIM PROBIEREN!