Obstkuchen-histaminarm

Gesund und lecker zugleich: Das Rezept für den Histaminarmen Obstkuchen macht sich gut auf auf jeder Kaffeetafel.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

4 Stk.	Eier
200 g	Butter
200 g	Rohrzucker
200 g	Dinkelmehl
14 Stk.	Marillen (oder Pfirisch, Äpfel etc.)

Zubereitung

1. Für den Histaminarmen Obstkuchen zunächst den Backofen auf 180°C vorheizen. Butter, Zucker, Mehl und Eier mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig verrühren.

2. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Teig darauf gleichmäßig verteilen. Alternativ den Teig in eine feuerfeste, eingefettete Springform füllen.

3. Marillen (oder andere Früchte) waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Den

Kuchen mit den Obststücken belegen und im Ofen ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

Tipp

Den Histaminarmen Obstkuchen nach dem Abkühlen mit etwas Puderzucker bestreuen.