



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Kürbis-Käsekuchen

Ich hatte eine intensive USA Phase. Nicht so sehr politisch (hüstel), als mehr kulinarisch. Was sonst bei mir alten Foodie. Aus den vielen wundervollen traditionellen Rezepten jenseits von Burger und Fritten ist der Kürbiskuchen meine geheime Liebe. Der wird traditionell rund um Thanks Giving serviert und besteht im Original aus Kürbispüree. In den USA kann man Kürbispüree einfach so in Dosen kaufen – speziell für diese Kuchen. Bei uns muss man das selbst herstellen – geht aber einfach und fix. Ich mache den Kuchen besonders gerne mit Hokaido Kürbis – dann wird die Farbe wundervoll knall-orange. Aber jeder Kürbis geht und gibt dem Kuchen einen jeweils eigenen Geschmack.

Ich habe den Kuchen schon wirklich oft gemacht. Er kommt immer gut an. Zum einen ist die Farbe toll, zum anderen überrascht alle Leute der Geschmack. Mit der Zeit habe ich mit dem Kuchen experimentiert und mache mittlerweile gerne eine Kürbis-Käsekuchen Variante, in dem ich Pflanzenjoghurt hinzufüge. Da ich auf Histamin im Essen reagiere, verwende ich besonders gern Kokosjoghurt. Aber es steht euch frei, jeden Pflanzenjoghurt eurer Wahl zu nehmen. Mandeljoghurt oder Cashewjoghurt geben eine nussige Note dazu, Sojajoghurt ist am säuerlichsten und geht am stärksten in die Richtung „Käsekuchen“.

Ich verwende einen glutenfreien Mehlmix im Boden – auch da könnt ihr jederzeit auf ein Mehl eurer Wahl wechseln. Dann aber 1 Schnapsglas Pflanzenmilch weniger benutzen. Ich verwende bevorzugt Reismilch oder Kokosmilch, auch wiederum wegen dem Histamin. Auch hier könnt ihr die Sorte Pflanzenmilch verwenden, die bei euch passt. Mandelmilch oder Cashewmilch geben wiederum eine nussige Note dazu. Ihr könnt auch 10 g des Mehls gegen Kakao und die Milch gegen eine Schokomilch tauschen. Das gibt auch einen guten Effekt. Die Käsekuchenmasse dann gut mit Zimt abschmecken.



Dieses Rezept ist berechnet für eine 26er Springform.

Boden:

150g glutenfreier Mehlmix

65g Zucker

65g Margarine, möglichst kalt

2 Schnapsgläser Pflanzenmilch

1. Einen glatten Teig kneten und im Kühlschrank 1 Stunde ruhen lassen.
2. Die Springform gut fetten oder mit Backpapier auskleiden.
3. Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
4. Die Springform sehr gut fetten oder mit Backpapier auskleiden. Den Teig in der Größe der Springform ca. 1,5 cm dick ausrollen. Gut mehlen und vorsichtig über das Ausroll-Holz aufrollen und in die Springform übertragen. Einen Teigrand etwa 4 cm hoch ansetzen und gut mit dem Boden verbinden.
5. Den Teig mit Backpapier auslegen und mit Blindback-Erbsen füllen.





Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

6. Auf der mittleren Schiene 15 Minuten backen. Auskühlen lassen und Blindback-Erbsen entfernen.

Füllung:

450g Kürbisfleisch, geputzt

1 großer Becher Pflanzenjoghurt (ca. 380g bis 400g)

200ml Pflanzenmilch

1 Pk Vanille Pudding Pulver

110g Zucker

1 TL Lebkuchengewürz

1. Das Kürbisfleisch mit wenig Wasser (ca. 50 ml) in einem Topf bei geschlossenem Deckel weich dämpfen und dann pürieren.
2. Ofen auf 160° Umluft vorheizen,
3. Das Puddingpulver in der Pflanzenmilch auflösen und dann zusammen mit den Gewürzen, dem Joghurt und dem Zucker mit dem Kürbispüree vermischen.
4. Das Kürbispüree jetzt in den Teigrand füllen. Auf mittlerer Schiene im Ofen ca. 30 Minuten backen. Der Kuchen ist gar, wenn die Füllung fest ist, in der Mitte noch leicht wobbelig, aber fest. Ofen ausschalten und Backofentür öffnen und im Ofen ganz auskühlen lassen, bevor man anschneidet!

