

Mohnkuchen



Zutaten & Zubereitung:

Boden

- 1 Tasse Mandeln
- 1 Tasse Kokosflocken
- 4-5 Medjool Datteln
- 1-2 cm Banane
- 1/2 TL gemahlene Vanille
- Prise Salz

Alles in einer Küchenmaschine zu einem Teig verarbeiten und in die Form drücken.

Mohnfüllung

- 150 g rohen Mohn (75 g gemahlen & 75 g ganz)
- 170 g Kokosflocken
- 4 Bananen
- 2 Tropfen Mohn/Zimtöl oder Prise Zimt

- 1 Handvoll grüne Rosinen

Alles bis auf die grünen Rosinen in einer Küchenmaschine zu einem homogenen Teig verarbeiten. Füge die Rosinen hinzu und vermische diese mit dem Teig.

Schokocreme

- 1 EL Kokosöl
- 2 EL Kakaobutter
- 4-6 EL Kokosblütensirup oder Dattelsirup
- etwas gemahlene Vanille
- 1 EL Carobpulver
- 1 EL Kakaopulver (Criollosorte z.B. Pure Raw)
- 3 Tropfen Orangenöl

Das Kokosöl und die Kakaobutter im Wasserbad unter 45 Grad schmelzen lassen. Die restlichen Zutaten nach und nach hinzufügen und dabei mit einem Schneebesen rühren. Die Schokoladencreme über den Kuchen gießen und etwa 10 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Mit Gojibeeren, Kokosraspel, Hanfsamen, Blütenpollen...dekorieren.

Nochmals kurz kaltstellen und dann servieren.