

Rote Bete Kuchen

400 g	Rote Bete, gekocht
200 g	Joghurt
4	Eier
140 ml	Öl (möglichst neutral)
300 g	Zartbitterkuvertüre, geschnitten
260 g	Mehl
4 EL	Kakaopulver
140 g	Zuckerrübensirup (oder 120 g Zucker)
150 ml	Saure Sahne
n.B.	Milch
1 EL	Apfelessig
1 EL	Natron
1 TL	Zimt
Eine Prise	Salz

1. Alle „flüssigen“ Zutaten (rote Bete, Joghurt, Eier, Öl, Zuckerrübensirup, saure Sahne und Apfelessig) in einer großen Schüssel mischen und pürieren. Sollte die Masse zu fest sein, noch mit Milch verdünnen.
2. Alle „trockenen“ Zutaten (Kuvertüre, Mehl, Kakao, Natron, Zimt und Salz) mischen
3. Backofen auf 180° C O/U vorheizen
4. Die trockenen Zutaten zu den flüssigen geben und sehr gut miteinander vermengen und rasch in die vorbereitete(n) Backform(en) geben. Im vorgeheizten Backofen etwa 60-70 Minuten backen (Stäbchenprobe)

Anmerkungen:

- Die Rote Bete kann auch zerkleinert erst nach dem Pürieren zu den flüssigen Zutaten gegeben werden
- Die Kuvertüre darf ruhig auch grobere Stücke (Kantenlänge max. ~1cm) enthalten
- Kakaopulver vorzugsweise **nicht** entöltes
- Sehr gut machen sich ein paar zerkleinerte Nüsse nach Geschmack
- Mehl sollte eigentlich Weißmehl (Weizen Type 405) sein. Aber man kann auch alle anderen Weizenverwandten (Dinkel, Emmer, Einkorn, etc.) nehmen. Auch Vollkorn geht hier, dann aber definitiv noch 50 ml Milch mit an die flüssigen Zutaten geben und evtl. das Triebmittel (Natron) leicht höher dosieren (1,5 EL bei der o.g. Menge)