



LECKERER MANDELKUCHEN OHNE ZUCKER UND OHNE MEHL



Schneller Eiweißkuchen ohne Mehl und ohne Zucker. Ein gesunder Kuchen.



Zubereitungszeit
4 Minuten



Back-/Kochzeit
25 Minuten

FORMGRÖSSE:

Backform: rund

Durchmesser: 26 cm

Höhe: 10 cm

OFEN VORHEIZEN

Heize den Ofen auf 180 °C O/U vor.

ZUBEREITUNG

Zerkleinere die Mandeln in einem Mixer. Füge die restlichen Zutaten hinzu und mixe sie gut.

Fülle den Teig in eine Backform mit 26 cm, bestreue ihn mit den Heidelbeeren/Himbeeren und backe ihn im Ofen für ca. 25-30 Min.

Viel Spaß beim Nachbacken, eure Sally!



Wenn ein Backrahmen verwendet wird, muss dieser vorher nicht gefettet werden.

ZUTATEN:

- 300 g** Mandeln (gemahlen)
- 4** Bananen (reif)
- 6** Eier
- Vanilleschote oder Vanilleextrakt
- 1 TL** Zimt
- 2 TL** Backpulver
- 200 g** Heidelbeeren (oder Himbeeren, Kirschen, etc.)