

# Veganer Karottenkuchen von Frau Christine D.

## Zutaten

### Kuchenteig

400 g Karotten  
400 g glattes Mehl  
1 Zitrone  
200 g Brauner Zucker  
200 ml Öl  
1 TL Zimt  
1 Pkg. Backpulver  
1 Pkg. Vanillezucker

### Dauer

20 Min. Zubereitung  
40 Min. Backen

### Besonderes Merkmal

Karottenkuchen ist in den Vollpension Generationencafés ein all time favourite eigentlich das ganze Jahr über und ganz besonders gut mit Frischkäsetopping (geht auch mit veganem Frischkäse).

### Ofeneinstellung/ Backzeit und -temperatur

40–50 Min. bei 180° Umluft

### Benutzte Werkzeuge

26cm Tortenform, Waage, Rührschüssel, Reibe, Zestenreibe, Schneebesen oder Handrührgerät, Teigspachtel, Backform

## Zubereitung

- 1 Zuerst den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.
- 2 Die Karotten an den Enden abschneiden und schälen (optional, man kann die Karotten auch nur waschen und ungeschält lassen) und danach mit einer Handreibe raspeln. Hier bitte gut auf die Finger aufpassen!
- 3 Mehl mit Backpulver und Zimt in eine Rührschüssel geben und kurz mit einem Löffel oder Schneebesen vermischen. So verteilt sich das Backpulver schön gleichmäßig im Teig und kann weder klumpen noch kann der Kuchen ungleichmäßig aufgehen.
- 4 Nun kommen Öl, brauner Zucker und der Vanillezucker dazu. Am besten verrührst du die Zutaten mit einem Schneebesen oder, wenn vorhanden, einem Handrührgerät.
- 5 Zum Schluss reibst du die Schale einer Zitrone in den Teig und presst den Saft aus.
- 6 Die geraspelten Karotten mit den restlichen Zutaten mit dem Teigspachtel vermengen. Eine Form mit neutralem Öl auspinseln oder mit Backpapier belegen. Nun die Masse in die 26cm Form geben und gleichmäßig verteilen. Im Ofen ca 40-50 Minuten backen.
- 7 Nach dem Backen kannst du den Kuchen nun abstauben und servieren oder mit einer Zitronen- Zuckerglasur bestreichen und verzieren

Wem der Teig beim Rühren zu bröselig ist, kann optional 200ml Pflanzenmilch untermischen. Dadurch wird der Teig ein wenig cremiger und kann geschmacklich noch abgerundet werden. Man kann in den Karottenkuchen auch Muskat oder Tonka Bohne einarbeiten. Gehackte Nüsse sind auch ein kleiner Trick, den Kuchen ein wenig abzuwandeln.