

# Mediterraner Hefekuchen mit saisonalem Obst, Mandelstreuseln & Pinienkernen



Seid ihr auch so urlaubsreif wie ich? Die letzten Wochen waren bei mir wirklich grenzwertig und ich kann es kaum erwarten, zwei Wochen auszuspannen. Naschkater und ich wollen nach Italien und das Piemont erkunden, das trotz zahlreicher Italienreisen noch ein blinder Fleck auf meiner Reisekarte ist. Danach lockt das ligurische Meer mit Strand und süßem Nichtstun.

Ganz passend zu meinen Reiseplänen gibt es dieses Wochenende einen mediterranen Hefekuchen mit saisonalen Früchten. Eine Buchvorstellung, die euch in die Toskana entführt, habe ich für kommende Woche auch noch im Gepäck.

Und falls ihr Insidertipps für das Piemont oder die ligurische



Küste habt, freue ich mich über eine Nachricht oder einen Kommentar!



Für 1 Blech:

**TEIG:**

250–260 ml Mandeldrink, lauwarm

1 Tütchen Trockenhefe

80 g Zucker

1 Prise Salz

50 g Olivenöl

**STREUSEL:**

70 g Mehl

50 g gemahlene Mandeln

50 g Puderzucker

60 g Margarine

**BELAG:**

250 g Zwetschgenkompott \*

2 Pfirsiche, in dünne Spalten geschnitten

2 Handvoll kleine, helle Trauben

1 Handvoll Blaubeeren

50 g Pinienkerne

*\* Selbst gekocht aus Zwetschgen-Überschuss: Obst entkernen, grob klein schneiden und mit etwas Zucker köcheln lassen, bis die Zwetschgen weich sind.*

Für den Teig alle trockenen Zutaten vermischen, eine Mulde in die Mitte drücken und dann 250 ml Mandeldrink und das Öl hineingeben. Alles verrühren und bei Bedarf den übrigen Mandeldrink zufügen. Sobald alles zusammenhält, den Teig auf der Arbeitsfläche durchkneten, bis er glatt und geschmeidig ist. Abgedeckt ca. 2 Stunden gehen lassen.

Für die Streusel alle Zutaten in eine Schüssel wiegen und verkneten, bis alles gut vermischt ist. Die Masse kühl stellen.

Das Obst putzen und vorbereiten.

Wenn der Teig aufgegangen ist, den Ofen auf 160°C Umluft vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen.

Den Teig auf dem Blech gleichmäßig flach drücken, mit dem Kompott bestreichen und mit dem Obst belegen. Dann die Streuselmasse mit den Händen darüber bröseln. Zum Schluss die Pinienkerne über den Kuchen streuen und dann im Ofen ca. 25 Minuten backen, bis Teig, Streusel und Pinienkerne goldbraun

sind. Mit dem Papier vom Blech nehmen und auf einem Gitter  
abkühlen lassen.





Natürlich könnt ihr für diesen Kuchen alle saisonalen Früchte

nehmen, die ihr mögt und zur Hand habt. Ich habe hier nur gerettetes Obst von Foodsharing-Abholungen verwendet. Wenn ihr kein Fan von Olivenöl im Teig seid, könnt ihr auch Butter oder Margarine nehmen.

Ich wünsche euch ein feines Wochenende!

Eure

Judith







---

# Mandel-Muffins mit Stachelbeeren



Letzt  
es Wochenende merkte ich einmal mehr, wie urlaubsreif ich mittlerweile bin. Die Luft war total raus und ich konnte mich neben dem Haushalt nicht aufraffen, viel zu tun. Wenn nicht mal mehr Energie zum Backen da ist, will das was heißen. Aber nach ein paar relativ faulen Tagen startete die Woche dann unerwartet positiv und als dann noch meine Foodsharing-Abholung am frühen Abend ausfiel, warf ich stattdessen spontan den Backofen an.

Die Stachelbeeren sind tatsächlich auch gerettete Beeren von Ende letzter Woche. Und auch der Zitronenjoghurt, den ich verbacken habe, stammt von der Abholung.

Für alle, die Foodsharing noch nicht kennen: Das Netzwerk hat



sich der Lebensmittelrettung verschrieben. Man kann Nahrungsmittel, die man zu viel hat, die einem nicht schmecken oder die im Urlaub schlecht werden würden an andere weitergeben. Ist man verifizierter Foodsaver, rettet man Überschüsse in Supermärkten, Bäckereien etc., indem man diese zu festen Zeiten abholt und weiterverteilt.



Ich wollte schon lange Foodsaverin werden – mein Weg dahin war



allerdings lang. Schon vor Jahren meldete ich mich an und machte 1 von 3 Einführungsabholungen. Dann gab ich das Projekt aus Zeitmangel wieder auf.

Vor über einem Jahr begann ich die Ausbildung von Neuem. Dann kam Lockdown 1. Die Wiederaufnahme der Ausbildung zwischendurch ging völlig an mir vorbei, dann kam Lockdown 2...es war wie verhext. Allen Widerständen zum Trotz schaffte ich es dann aber doch noch, vor einigen Wochen meinen Ausweis zu erhalten und wenn ich die gesamte Woche zu Hause bin, trage ich mich für 2– 3 Abholungen in der Woche ein, ganz wie ich Zeit und Lust habe.

Wenn ihr Stachelbeeren nicht mögt, könnt ihr natürlich auch andere Beeren, zum Beispiel Johannisbeeren oder Himbeeren, nehmen. Die Muffins schmecken sicher auch mit Apfelwürfeln oder Heidelbeeren – wie immer ist das eine reine Geschmacksache.

#### **Für 12 Stück:**

200 g Dinkelmehl Type 1050

2 TL Backpulver

20 g feine Haferflocken

50 g Mandelblättchen, grob zerkleinert

150 g Joghurt (Zitrone/Vanille oder Natur)

150 ml Milch oder Wasser

40 g Öl (Raps, milde Olive/ zerlassene Butter)

100 g Zucker

12–24 Stachelbeeren, geputzt

Die ersten vier Zutaten in eine Schüssel wiegen und vermischen. Die übrigen Zutaten bis auf die Stachelbeeren in eine kleine Schüssel wiegen, verrühren und zur Mehlmischung geben. Alles verrühren, bis gerade eben ein Teig entstanden ist.

Die Muffinmulden mit Papierformen auslegen oder einfetten. Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Den Teig auf die Muffinmulden verteilen und jeweils 1–2 Stachelbeeren ganz oder mindestens zur Hälfte in den Teig

drücken (am besten die Mulde mit etwas Teig füllen, 1 Beere in die Mitte setzen, etwas Teig darübergerben und die zweite Stachelbeere hinein drücken).

Die Muffins 20 Minuten backen, dann die Stäbchenprobe machen.  
Auf einem Gitter abkühlen lassen.





Ich nasche jetzt noch einen Muffin und wünsche euch eine

genussvolle Woche!  
Eure Judith

---

## Cremiger Schmandkuchen mit Waldheidelbeeren und Limette



So langsam beschleicht mich der Verdacht, dass mich eine kleine Käsekuchensuchtphase erwischt hat. Ich liebe guten Käsekuchen, aber normalerweise ist mein Verlangen danach mit ein, zwei Stücken auch wieder für Wochen oder sogar Monate gestillt. Zur Zeit könnte ich ständig Käsekuchen essen. Schon letztes Wochenende gab es ja den [Quarkkuchen mit Mango und Aprikose](#). Gestern lachten mich dann auf dem Münstermarkt Waldheidelbeeren an und sofort sah ich im Geiste einen cremigen Käsekuchen mit den blauen Beerchen vor mir.



Also tigerte ich gestern nochmal los und besorgte Quark und Schmand, den ich normalerweise nie kaufe. Aber ich hatte Lust drauf und außerdem macht er Kuchen so herrlich cremig!

Eine Limette wollte auch noch mit, um dem Kuchen sommerliche Frische zu verleihen und heute wurde dann schnell gebacken, damit der Kuchen abkühlen konnte, während ich eine Abholung für Foodsharing machte.



Der erste Happen nach dem Shooting war himmlisch. Der Kuchen ist so cremig, genau richtig süß und schön frisch. Naschkater



war genauso begeistert und ich hoffe, ihr werdet diesen Kuchen auch lieben!

Natürlich könnt ihr auch Kulturheidelbeeren nehmen, wenn ihr keine Waldheidelbeeren findet. Aber letztere sind etwas kleiner und schmecken viel intensiver. Allerdings färben sie auch intensiver, wie wir nach dem Naschen blaulippig und mit blaugrauen Zähnen lachend festgestellt haben.

### **Für 1 Springform mit 19 cm Durchmesser:**

#### **TEIG:**

160 g Dinkelmehl Type 1050

80 g Butter/Margarine

40 g Zucker

Etwas Wasser nach Bedarf

#### **BELAG:**

200 g Schmand

250 g Quark (Halbfettstufe)

80 g Zucker

25 g Speisestärke

Abgeriebene Schale von 1 Bio-Limette

2 EL Limettensaft

200 g Waldheidelbeeren

Für den **Teig** alle Zutaten in eine Schüssel wiegen und mit den Fingerspitzen zerkrümeln. Teelöffelweise kaltes Wasser zufügen, bis sich alles zu einem gleichmäßigen Teig verbunden hat.

Die Springform einfetten und den Teig gleichmäßig hineindrücken. Einen Rand hochziehen.

Für die **Creme** alle Zutaten bis auf die Beeren in eine Schüssel wiegen und mit dem Schneebesen verrühren. Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Dann etwa die Hälfte der Creme auf den Teigboden gießen, die Hälfte der Heidelbeeren darauf verteilen und die zweite Hälfte Creme darübergeben und glattstreichen. Die übrigen Beeren gleichmäßig auf dem Kuchen verteilen.

Den Schmandkuchen ca. 45 Minuten backen, bis die Masse

aufgegangen ist und ganz leicht zu bräunen beginnt. In der Form abkühlen lassen und dann herauslösen.  
Nach Belieben zum Servieren mit einem Hauch Puderzucker bestäuben.



Ich wünsche euch ein genussvolles Wochenende! Macht es euch



schön und genießt den Sommer in vollen Zügen!  
Eure Judith

---

## Fruchtiger Quarkkuchen mit Mango, Aprikose und weißer Schokolade (ohne Ei)



In den letzten Tagen war ich etwas angeschlagen. Eine leichte

Sommergrippe hatte mich kurz ausgeknockt. Nachdem der Appetit also zeitweilig sehr mäßig war, hatte ich am Wochenende dann immer mehr Lust auf Käsekuchen.

Gestern raffte ich mich auf und improvisierte schnell diesen fruchtigen Quarkkuchen mit Früchten, die sowieso weg mussten. Nach dem Backen und Fotografieren war ich dann leider so platt, dass ich es nicht mehr schaffte, den Kuchen zu bloggen. Also gibt es das Rezept erst heute.



Die Quarkcreme ist nur mit weißer Schokolade gesüßt. Ich



wollte sie frisch, zitronig und nicht zu süß haben. Für alle mit süßerem Zahn empfehle ich, vielleicht noch 2 EL Zucker dazu zu geben.

An Früchten könnt ihr natürlich nehmen, was gerade Saison hat und schmeckt (oder auch Dosenobst).

Ich liebe gerade frische Aprikosen und die Mango hatte ich bei Foodsharing gerettet, die musste dringend gegessen werden und passte super gut. Für meine Tarte habe ich nur 1 große Aprikose und deutlich mehr Mango verwendet.

Für 1 Tarteform mit 26 cm Durchmesser:

**Teig:**

130 g Dinkelvollkornmehl  
(am besten frisch gemahlen)  
100 g Dinkelmehl 1050  
80 g Butter  
50 g Zucker  
Wasser nach Bedarf

**Belag:**

200 g weiße Schokolade, zerlassen  
[2 EL Zucker]  
500 g Magerquark  
35 g Stärke  
Abrieb von 1 ganzen großen Zitrone  
2 EL Zitronensaft

\*\*

200 g Mango und Aprikose, gewürfelt  
2 Handvoll Mandelblättchen

Alle trockenen Zutaten in die Schüssel wiegen, die Butter in Stückchen darüber geben und mit den Fingerspitzen alles zu feinen Krümeln vermischen. Dann schlückchenweise kaltes Wasser dazu geben und kneten, bis alles zu einem gleichmäßigen Teigklumpen verbunden ist.

Die Form mit Backpapier auskleiden, den Teig gleichmäßig hineindrücken und einen Rand hochziehen.

Die weiße Schokolade im Wasserbad schmelzen und mit allen

anderen Zutaten in einer Schüssel verrühren.

Den Ofen auf 160 °C Umluft vorheizen.

Einen Teil der Creme auf den Boden geben und glatt streichen. Dann die Obstwürfel darauf verteilen und die übrige Creme darübergeben und ebenfalls glatt streichen.

Den Kuchen in den Ofen stellen und 20 Minuten backen, dann die Mandelblättchen darauf verteilen und weitere 20–25 Minuten backen, bis die Masse aufgegangen ist und leicht goldgelb wird.

Die Tarte auf einem Gitter etwas abkühlen lassen und dann aus der Form lösen.



Naschkater war selig, als er gestern heim kam und den Kuchen entdeckte. Seit gestern Abend sind viereinhalb Stücke



verschwunden, viel ist also schon nicht mehr übrig.  
Hoffentlich schmeckt euch der fruchtige Quarkkuchen genauso  
gut!

Habt eine genussvolle Woche und genießt den Sommer,  
eure

Judith



---

# Veganer Hummelkuchen mit Dinkelvollkorn und Pfirsichen



Kennt

ihr diese Tage, an denen etwas einfach nicht so klappen will, wie es soll? Oder so Tage, an denen man irgendwie ein bisschen neben sich steht?

Bei mir und diesem Kuchen kam gestern beides zusammen. Das Ergebnis waren Pleiten, Pech und Pannen, die bereits beim Einkaufen losgingen.

Eigentlich wollte ich einen Spiegeleikuchen backen. Kennt ihr den von früher? Ein Rührteig mit heller Pudding-Schmand-Creme und Aprikosen als „Eigelbe“.

Da es dafür schon unzählige Rezepte gibt, wollte ich eine vegane Version mit Vollkornteig ausprobieren. Schwierig zu bekommen war dann aber nicht etwa der vegane „Quark“, sondern



– die Aprikosen!

Zuerst wollte ich sogar frische nehmen, denn die letzten zwei Wochen hatte ich fantastische Aprikosen: mittelgroß, außen schön fest und innen reif und saftig. Eine Test-Aprikose ließ sich mit dem Sparschäler so gut schälen, dass ich zuversichtlich war, den Kuchen damit belegen zu können. Nur: im Bioladen gab es heute andere Aprikosen, die natürlich völlig untauglich waren. Also doch Dosenobst. Kein Problem. Dachte ich.

Der Bioladen hatte weder Aprikosen noch Pfirsiche. Ungläubig suchte ich das Konservenregal drei Mal ab. Nichts. Nächster Supermarkt: keine Aprikosen, keine Pfirsiche. Konnte das wahr sein? Ich fiel langsam vom Glauben ab. Im dritten Supermarkt dann immerhin Pfirsiche, doch trotz intensiver Suche keine Aprikosen. Na gut, dachte ich mir, vielleicht sind es kleine Pfirsiche und öffnete die Dosen. Pfirsiche wie aus dem Lehrbuch.



Da erinnerte ich mich an einen Bienen-Kuchen, den ich neulich

irgendwo gesehen hatte. Und beschloss, aus den großen gelben Früchten Hummeln zu machen.

Soweit so gut. Der vegane „Quark“ war besorgt, Pudding hatte ich schon da und Agar-Agar zum Andicken ebenfalls. Ich kochte also Pfirsich-Flüssigkeit auf, glich die Masse an und verrührte das Agar-Agar mit der Pudding-„Quark“-Mischung. Dachte ich. Nachdem ich die Creme glatt gestrichen, mit Pfirsichen belegt und den Kuchen in den Kühlschrank gestellt hatte, fiel mein Blick auf das Päckchen Agar-Agar, das neben dem Herd stand. Fassungslose Schockstarre. Ich hatte das Agar-Agar gar nicht mit aufgekocht!

Sollte die aufwendige Jagd nach den gelben Früchten umsonst gewesen sein? Denn die Creme würde so nicht schnittfest werden und der Kuchen wäre lecker, aber vermutlich ein optischer Totalausfall.

Da half nur eins: Die Pfirsichhälften vom Kuchen klauben, abspülen und trocken tupfen, dann die Creme vom Kuchen löffeln, diesmal wirklich mit Agar-Agar andicken und den Kuchen nochmal zusammensetzen.

Diesmal wurde die Creme auch wie gewünscht fest, die Hummeln konnten mit Kuvertüre und Mandeln verziert werden und ich brach erst mal auf dem Sofa zusammen. Backen kann manchmal auch ganz schön anstrengend sein.

Da ich allerdings schon so viele Pannen hatte, dürfte bei euch ja jetzt nichts mehr schief gehen und ich hoffe, ihr habt jetzt Lust bekommen, so ein süßes Hummelchen zu vernaschen. =)

Falls ihr Aprikosen bekommt, sind diese trotzdem empfehlenswerter, da man dann mehr Früchte auf den Kuchen setzen und auch die Stücke kleiner schneiden kann. Bei den großen Pfirsichen hatte ich so meine Probleme, die Hummeln halbwegs hübsch auseinander zu schneiden.

**Für 1 Blech ca. 38 x 26 cm:**

**Teig:**

400 g Dinkelvollkornmehl (am besten frisch gemahlen)



1 Päckchen Backpulver  
120 g gesiebter Puderzucker  
Geriebene Tonkabohne oder Vanillepulver  
270 ml Wasser (oder Pflanzendrink)  
120 g Margarine, zerlassen und etwa abgekühlt (oder neutrales Öl)  
2-3 EL Zitronensaft

**Creme:**

750 g veganen Vanillepudding  
(oder selbst gekochter Pudding aus 1 l Soja- oder Haferdrink +  
2 Päckchen Vanillepuddingpulver + 50 g Zucker,  
mit Folie abgedeckt abgekühlt, damit sich keine Haut bildet)  
400 g veganer „Quark“  
100 ml Flüssigkeit aus der Pfirsich-/Aprikosen-Dose (oder Wasser)

Abrieb von 1 Bio-Zitrone  
50 ml Zitronensaft  
10 g Agar-Agar

**Dekoration:**

100 g Zartbitterkuvertüre  
Einige Mandelblättchen

(Wenn man den Pudding selbst kocht, diesen am besten vor dem Backen zubereiten.)

Für den Boden die trockenen Zutaten vermischen, dann die Flüssigkeiten dazugeben und alles zu einem recht flüssigen Teig verrühren. Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Form füllen und im vorgeheizten Ofen 15-20 Minuten backen. Nach 15 Minuten die Stäbchenprobe machen.

Den Boden aus der Form nehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen.

Währenddessen die Creme zubereiten:

Den Pudding in einer Schüssel glatt rühren, dann den „Quark“ einrühren.

Den Fruchtsaft aus der Dose oder die entsprechende Menge Wasser mit dem Zitronenabrieb, dem Zitronensaft und dem Agar-Agar unter Rühren aufkochen und 1 Minute köcheln lassen. Dann

etwas Creme dazugeben und zügig unterrühren. Danach die gesamte Masse aus dem Topf in die Schüssel geben und unter die Creme rühren.

Einen Backrahmen passgenau um den Boden legen. Die Creme dann auf dem Teig verteilen, glatt streichen und den Kuchen 2 Minuten in den Kühlschrank stellen. Wenn die Creme leicht angezogen hat, die Aprikosen/Pfirsiche darauflegen und den Kuchen erneut kühlen, bis die Masse ganz fest ist.

Die Kuvertüre im Wasserbad schmelzen und in einen kleinen Spritzbeutel oder ein Fläschchen füllen. Die Spitze so abschneiden, dass man dünne Streifen spritzen kann und die „Hummeln“ damit verzieren. Ovale Augen spritzen und die Mandelblättchen in die Früchte stecken (dafür am besten mit einem spitzen Messer kleine Schnitte machen).

Den Kuchen im Kühlschrank aufbewahren.



Habt ihr in der Küche auch schon solche „Pannen-Tage“ gehabt



wie ich gestern?

Ich freue mich, wenn ihr in einem Kommentar davon erzählt!

Habt ein wundervolles, entspanntes Wochenende und lasst es euch gut gehen!

Eure Judith