

## Uli's Apfel-Dattel-Kuchen in der Kastenform gebacken

Nov. 2018 - aktualisiert Jan 2023



- 3 Äpfel ( vorbereitete Menge ca 500 g )
- 2 EL Zitronensaft ( oder mit Apfelsaft vermischte Zitronenmarmelade )
- 10 Datteln ( die Sorten Mazafati und Medjool sind besonders cremig )
- 3 Eier Größe S ( oder 2 Eier Größe L - Masse ca. 115 g )
- 70 g Butter
- 30 g feiner Rohrzucker ( oder Kristallzucker )
- 70 g Ahornsirup
- 170 ml Milch
- 100 g frisch gemahlener Buchweizen ( oder 550er Weizenmehl )
- 100 g frisch gemahlener Dinkel ( oder 550er Weizenmehl )
- 7,5 g Backpulver
- 50 g Mandelstifte ( Mandelblättchen oder gehackte Mandeln )
- 15 g Leinsamen ( ideal frisch geschrotet Leinsamen )
- 1/2 TL Zimt
- 1/2 TL flüssiger Vanilleextrakt alternativ fein gemahlene Vanilleschote
- 1 Prise Salz

- Datteln in Wasser ca. 1-2 Std. einweichen, entkernen, in Scheibchen schneiden
- Kastenform einfetten, einmehlen oder mit Backpapier auskleiden
- Backofen aufheizen
- Äpfel vorbereiten - schälen, würfeln, mit Zitronensaft vermischen
- Mehl mit Backpulver vermischen
- Butter, Eier und Rohrzucker schaumig rühren
- Milch, Ahornsirup dazugeben und untermischen
- Geschmackszutaten hinzufügen
- Mehl-Backpulver-Mischung untermischen
- Äpfel, Mandeln, Leinsamen und Datteln unterheben
- Teig einfüllen... Garprobe mit Holzstäbchen durchführen

**Temperatur 180 °C** Ober- und Unterhitze

**Backzeit ca. 45 min.**