Saftiger Karotten-Walnuss-Kuchen

Zeit gesamt
1h 30min

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 16 Portionen

Karotten	200 g
Hokkaidokürbis	250 g
Walnusskerne	100 g
Orangen	1 St.
Muskatnuss, gemahlen	
Zimt	1 TL
Brauner Zucker	200 g
Salz	
Sonnenblumenöl	200 ml
Eier	3 St.
Weizenmehl, Type 405	300 g
Backpulver	2 TL
Rapsöl	1 EL
Mascarpone	250 g
Joghurt, natur	75 g
Honig	1 TL

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, grobe Reibe

1. Backofen auf 150 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Karotten schälen und Enden entfernen. Kürbis halbieren, schälen und entkernen. Kürbis und Karotten grob raspeln. 2 EL Nüsse zur Dekoration beiseitelegen, den Rest grob hacken. Orange heiß waschen, etwa 1 EL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. In einer Schüssel Gemüseraspel, Muskatnuss, Zimt, Orangensaft und -schale mischen.

2. In einer Schüssel Zucker, Salz und Öl mit einem Handrührgerät mit Schneebesen cremig rühren. Eier einzeln gut unterschlagen. Mehl und Backpulver mischen und kurz unterziehen. Gemüse-Nuss-Mischung unterrühren. Teig in eine gefettete Gugelhupfform (ca. 22 cm Durchmesser) streichen. Kuchen im Backofen ca. 60–65 Min. backen. Er ist fertig, wenn an einem hineingestochenen Holzstäbchen kein Teig mehr klebt. Herausnehmen und auskühlen lassen.

3. Für das Topping in einer Schüssel Mascarpone mit Joghurt und Honig kurz verrühren. Vor dem Servieren Kuchen aus der Form stürzen und rundherum damit bestreichen, mit Walnusshälften verzieren.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Der Kuchen ist besonders lecker, wenn er nach dem Auskühlen einen Tag zugedeckt durchziehen kann. Dann erst vor dem Servieren mit der Creme bestreichen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	343 kcal
Kohlenhydrate	32 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	22 g