

Mangokuchen

FÜR EINE KASTENFORM VON 20 CM (12 STÜCKE)

1 Mango (ca. 150 g Fruchtfleisch)
175 g Pflanzenmargarine
200 g Rohrzucker
6 ML Biobin
150 g Kamutmehl (ersatzweise Dinkelmehl)
2 TL Weinstein-Backpulver
100 g zarte Haferflocken
Salz
120 g Puderzucker
Pflanzenmargarine für die Form



Zubereitung: 45 Min. Backzeit: 45 Min.
Pro Stück etwa: 311 kcal

Die Schale der Mango abziehen und das Fruchtfleisch stückweise vom Kern schneiden. Mit 100 ml Wasser im geschlossenen Topf bei milder Hitze etwa 30 Min. weich kochen.

Das Kompott samt Flüssigkeit heiß durch ein Haarsieb in eine Schüssel streichen und den Brei abkühlen lassen.

Inzwischen 175 g Margarine mit dem Zucker schaumig schlagen. Biobin und 50 ml Mineralwasser unterrühren. Mehl mit Backpulver vermengen und auf die Schaummasse geben. Haferflocken, 1 Prise Salz und Mangopüree darüber geben und alles gut miteinander verrühren.

Den Backofen auf 190° vorheizen und eine Kastenform mit Margarine dünn einfetten. Den Teig in die Form geben, glatt streichen und 40-50 Min. (Mitte, Umluft 175°) backen. Nach 30 Min. Backzeit die Oberfläche mit einem Stück Alufolie abdecken.

Für den Guss den Puderzucker mit 2 EL heißem Wasser glatt rühren und den warmen Kuchen damit überziehen.

Variante: Anstelle des Biobins 60 g Reismehl verwenden.