

# Schneller Apfelkuchen (einfach & vegan)

Autor: Bianca Zapatka

*Dieser einfache und schnelle vegane Apfelkuchen ist super saftig, gesund und sehr lecker! Der einfache Rührteig mit Haferflocken, Apfelmus, Apfelwürfeln und Zimt ist ganz schnell angerührt und gelingt ohne Ei, ohne Butter und ohne Milch!*



★★★★★ 5 von 1 Bewertung

Vorbereitungszeit 15 Min.		Zubereitungszeit 45 Min.		Arbeitszeit 1 Std.
Gericht Dessert, Frühstück, Kuchen, Snack		Land & Region Deutsch		Portionen 12 Stücke
				Kalorien 175.5 kcal

## Zutaten

- 400 g Äpfel geschält & gewürfelt
- 180 g Mehl Weizen-, Dinkel- oder glutenfreies Mehl
- 80 g zarte Haferflocken
- 2 TL Backpulver
- ½ TL Natron
- 1 Prise Salz
- 1 TL Zimt
- 100 g Zuckerersatz oder normaler Zucker (Sorte nach Belieben oder auch gemischt)
- 120 ml Pflanzenmilch z. B. Sojamilch
- 120 g Apfelmark oder anderer **Ei-Ersatz**
- 80 g Öl z. B. Rapsöl mit Buttergeschmack oder Sonnenblumenöl
- 1 TL Vanilleextrakt oder Mark einer Vanilleschote

## Topping (optional)

- 4 EL gehobelte Mandeln
- Puderzucker
- Granatapfelkerne

## Anleitungen

**\*Hinweis: Schau dir das Rezept-Video + die Schritt-für-Schritt Bilder oben im Beitrag an!**

- 1 Den Ofen auf 180 °C Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Seiten einer runden **20 cm Backform** einfetten und den Boden mit Backpapier auslegen.
- 2 Die Äpfel schälen, entkernen, in kleine Würfel schneiden und beiseitestellen.
- 3 Mehl, Haferflocken, Backpulver, Natron, Salz, Zimt und Zucker in einer großen Schüssel vermischen.
- 4 Pflanzenmilch, Apfelmark, Öl und Vanilleextrakt in einem Gefäß verrühren. Dann in die Mehlmischung gießen und kurz zu einem Teig verrühren. Die Äpfel unterheben, den Teig in die vorbereitete Backform geben und glatt streichen. Nach Belieben mit gehobelten Mandeln und etwas Zucker bestreuen und den Kuchen ca. 45-50 Minuten backen, bis ein Zahnstocher sauber herauskommt. *(Falls der Kuchen zu dunkel wird, mit einem Stück Backpapier abdecken)*.
- 5 Anschließend 15 Minuten in der Form abkühlen lassen. Dann vorsichtig herausnehmen und auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen.
- 6 Nach Belieben mit Puderzucker und Granatapfelkernen servieren. Guten Appetit!

Die Nährwerte werden automatisch generiert und gelten nur als Richtwerte.



**Hast du dieses Rezept ausprobiert?**

Erwähne @biancazapatka oder benutze den Hashtag #biancazapatka!

Schneller Apfelkuchen (einfach & vegan) <https://biancazapatka.com/de/apfelkuchen-mit-haferflocken/>