Zutaten für einen Heidelbeerkuchen mit Chiasamen:

125g Heidelbeeren

100g Dinkelvollkornmehl

100g Buchweizenmehl

60g gemahlene Mandeln

2Tl Weinstein Backpulver

½ Tl Zimt

1Msp.Borbon-Vanillepulver

1EL Chiasamen

5EL Kokosöl (etwas für die Backform)

180ml Dinkelmilch

1Ei

50g Datteln weich und entsteint

5El Ahornsirup

Zubereitung:

Zuerst musst du den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen. Dann kannst du die Heidelbeeren waschen und das Dinkelvollkornmehl, das Buchweizenmehl, Mandeln, Vanillepulver und die Chiasamen in eine Schüssel geben um vermischen. Als Nächstes wird das Kokosöl vorsichtig geschmolzen und in einer zweiten Schüssel wird das Kokosöl mit der Dinkelmilch und dem Ei verquirlt. Dann die Dattel mit einer Gabel zerdrücken und sie dann mit den Ahornsirup untermischen. Die trockenen Zutaten nun mit dem Teig langsam zusammenführen. Jetzt musst du die Backform mit Kokosöl einfetten und eine dünne Schicht Teig einfüllen. Nachdem du das gemacht hast musst du die Heidelbeeren abwechselnd mit dem restlichen Teig in die Form geben. Danach den Kuchen auf mittlerer Schiene 45 min lang backen das die Oberfläche leicht braun wird. Den Kuchen etwas abkühlen lassen und dann vorsichtig stürzen und wieder abkühlen lassen. Jetzt kannst du den Kuchen mit deinen Freunden oder der Familie genießen.