



Veganer Grießkuchen mit Mandarinen

Zeit gesamt
🕒 45min

Zubereitungszeit
👉 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 16 Portionen

Mandarinen aus der Dose	175 g
Zucker	100 g
Vanillinzucker	2 Päckchen
Margarine, vegan	130 g
Apfelmus	6 EL
Weichweizengrieß	150 g
Weizenmehl, Type 405	150 g
Backpulver	1 Päckchen
Zimt	
Haselnusskerne, gemahlen	75 g
Haferdrink	150 ml

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Backblech mit Backpapier, Handrührgerät mit Schneebesem

1. Ofen auf 150 °C (Umluft) vorheizen. Mandarinen in einem Sieb abtropfen.
2. In einer Schüssel mit einem Handrührgerät Zucker, Vanillinzucker und weiche Margarine schaumig schlagen. Apfelmus nach und nach unterrühren. Weichweizengrieß, Mehl, Backpulver, Zimt, Haselnüsse und Haferdrink hinzugeben und das Ganze zu einem Teig verarbeiten.
3. Teig auf einem mit Backpapier belegten Backblech verstreichen und mit abgetropften Mandarinen belegen.
4. Im vorgeheizten Backofen bei 150 °C Umluft ca. 45 Min. backen. Mandarinen-Grieß-Kuchen abkühlen lassen, in Quadrate schneiden und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	196 kcal
Kohlenhydrate	24 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	10 g