Vollkorn-Schokoladen-Kuchen

Seit bestimmt mehr als 10 Jahren habe ich wieder einmal einen Rührkuchen mit Vollkorn-Mehl zubereitet.

Denn ich habe ja vor kurzem meine 35 Jahre alte Getreidemühle reaktiviert und in der Küche auf einem Regalbrett untergebracht.

Für den Kuchen habe ich Bio-Weizen gekauft, also Getreide im Ganzen und ungemahlen.

Davon habe ich 500 g Weizen in der Getreidemühle fein gemahlen.

Die Küchenmaschine zum Rühren des Rührteiges hat erwartungsgemäß sehr viel Arbeit und rührt sich fast schon heiß, denn Vollkorn-Mehl ist eben kompakter und fester als handelsübliches Weizenmehl, bei dem das Getreide eben geschält und dann erst gemahlen wird.

Also passen Sie auf Ihre Küchenmaschine auf, dass sie sich nicht überarbeitet.

Als kleine Verfeinerung des Kuchens habe ich noch eine Tafel Schokolade mit 85 % Kakaoanteil in der Küchenmaschine feingehäckselt und dann in den Rührteig mit eingerührt.

Ich habe beim Zubereiten und Backen von Rührteig in einer Backform, die ich nur einfette, schon sehr schlechte Erfahrungen gemacht. Dass der Kuchen eben nach dem Backen noch an der Kuchen-Backform festgehangen hat und Teile des Kuchens eben beim Stürzen auf ein Kuchengitter oder eine Kuchenplatte festgehangen sind.

Aus diesem Grund fette ich die Backform zuerst ein. Und dann gebe ich noch Paniermehl in die Backform und rotiere dieses ein wenig darin. Das Paniermehl bleibt an der Margarine in der Backform hängen und der Kuchen lässt sich auf diese Weise

definitiv gut aus der Backform stürzen, ohne dass er hängenbleibt.

Apropos Backform, zusätzlich zur Reaktivierung der Getreidemühle habe ich auch seit sehr langer Zeit einen Rührkuchen in einer schönen Gugelhupfform gebacken. Da sieht der Kuchen optisch doch wirklich schön aus. Im Zuge dessen, dass ich in letzter Zeit meistens Backpapier für solche Kuchen verwendet habe und man dieses eben nur in einer Kastenform verwenden kann, wird man mit der Zeit faul und verwendet weniger andere Backformen wie diese Gugelhupf-Backform.

[amd-zlrecipe-recipe:932]