Rührkuchen mit Leinsamen, Sesamsaat, Sonnenblumenkernen, Haselnüssen und Cashewnüssen



Schöner Rührkuchen mit Puderzucker bestäubt

Diesen Rührkuchen hatte ich schon seit längerem in Planung.

Einfach einmal die vielen, guten Zutaten, die ich für vegane Gerichte gekauft hatte, etwas aufbrauchen und für einen anderen Zweck verwenden.

Daher habe ich die Saaten und Nüsse für einen Rührkuchen verwandt.

Ich bereite den Rührkuchen nach dem Grundrezept zu.

Verwende jedoch nur 250 g Dinkelmehl.

Die restlichen 250 g ergeben die gemahlenen Saaten und geraspelten Nüsse.

Ich habe zuerst versucht, die Saaten in der Getreidemühle fein zu mahlen. Das ging schief. Leinsamen enthält viel Öl und lässt sich nur sehr schwer fein mahlen. Es hat beim Mahlen in der Getreidemühle das Mahlwerk verstopft, dieses lief heiß und ich habe das Mahlen abgebrochen.

Stattdessen habe ich die Saaten in der Küchenmaschine fein gehäckselt, so dass man sie wie Mehl verwenden kann.

Rührkuchen mit Leinsamen, Sesamsaat, Sonnenblumenkernen, Haselnüssen und Cashewnüssen



19. August 2021
von Thobie
Kategorie Kuchen
Zubereitungszeit
30 Minuten
Garzeit
1 Stunde, 30 Minuten
Gesamtzeit
2 Stunden



Zutaten

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Zusätzlich anstelle 250 g Mehl:

- 80 g Haselnüsse
- 20 g Cashewnüsse
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 50 g Sesamsaat
- 50 g Leinsamen

Anleitung

1. Hasel- und Cashewnüsse in der Küchenmaschine fein

raspeln.
2. Saaten in der Küchenmaschine fein häckseln.
3. Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten.
4. Dabei 250 g Dinkelmehl und 250 g Nüsse und Saaten verwenden.
5. Rührkuchen in einer Kranz-Backform backen.
6. Nach dem Backen und Abkühlen auf eine Kuchenplatte stürzen.
7. Mit Puderzucker bestreuen.
8. Stückweise anschneiden. Servieren.
9. Guten Appetit!

Schlagwörter

Cashewnüsse,
Haselnüsse,
Leinsamen,
Rührkuchen,
Rührteig,
Sesamsaat,
Sonnenblumenkerne

© 2026 ©Thomas Biedermann
https://www.nudelheissundhos.de/2021/08/19/ruehrkuchen-mit-leinsamen-sesamsaat-sonnenblumenkernen-haselnuessen-und-cashewnuessen/