

# Schwedischer Haferflockenkuchen



Mit einem hohen Anteil an feinen Haferflocken

Beim Recherchieren nach einem Rezept für die Zubereitung eines Kuchens mit einem hohen Anteil an Haferflocken stieß ich auf dieses schwedische Rezept.

Der Anteil ist zwar recht hoch, als er bei anderen Rezepten für z.B. einen Apfel-Haferflocken-Kuchen ist.

Aber man sollte sich schon vorher darüber im Klaren sein, die Zutaten dieses Rezepts betragen zusammengenommen etwa 1/3 der Zutaten, wie sie in einen gewöhnlichen, deutschen Rührkuchen kommen. Der Kuchen wird also nicht sehr hoch und sehr groß, einerlei, ob man die Kasten- oder die Spring-Backform verwendet.

**Zutaten:**

- 50 g Butter
- 200 g feine Haferflocken
- 40 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 130 g Zucker
- 1 Ei
- 150 ml Milch

### **Zubereitung:**

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Backzeit 30 Min.  
bei 170 °C Umluft*



Ein kleiner Kuchen

Butter in eine Schale geben, in der Mikrowelle kurz schmelzen und dann kurz abkühlen lassen.

Haferflocken, Mehl, Backpulver und Salz in eine Schüssel geben und vermengen.

Ei in eine zweite Schüssel aufschlagen. Zucker dazugeben. Mit dem Schneebesen schaumig schlagen. Flüssige Butter langsam darunter rühren. Haferflockenmischung dazugeben und alles mit dem Backlöffel gut verrühren. Milch dazugeben und untermischen. Masse 30 Minuten quellen lassen.

Kasten-Backform mit dem Backpinsel mit Öl auspinseln.

Teig in die Backform geben, gut verteilen und auf mittlerer Ebene im Backofen die angegebene Backzeit backen.

Herausnehmen und abkühlen lassen. Aus der Backform nehmen und auf eine Kuchenplatte geben. Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!