

Rezept-Tipp: Dattel - Schokokuchen: clean, vegan und einfach lecker!

Vorbereiten	Zubereiten	Niveau
15	**90**	**Einfach**
Minuten	Minuten	★ ☆ ☆

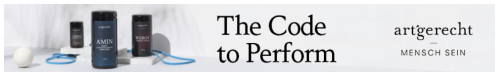
Zutaten

Für den Teig:

- 100g Kokosmehl
- 200g Mandelmehl
- 200g getrocknete Datteln
- 4EL Wasser
- 6EL Kakaopulver (100%)
- 7 EL flüssiges Kokosöl
- 1TL Zimt
- ½ TL gemahlene Vanille

Für den Guss:

- 3 EL flüssiges Kokosöl
- 3 EL Kakaopulver (100%)
  Bananenscheiben und Kokosraspel zum Verzieren



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

Die Datteln ca. 15-20 Minuten lang in Wasser einweichen und zusammen mit 4 EL Wasser mit dem Stabmixer fein pürieren. Kokosmehl, Mandelmehl, Kakaopulver, Gewürze sowie das Kokosöl dazu geben und das Ganze mit den Händen vermengen, bis ein relativ trockener aber geschmeidiger Teig entsteht. Eine runde Kuchenform mit Backpapier auskleiden und den Teig hineingeben. (Anmerkung: Der Teig sieht zunächst etwas krümelig aus davon nicht irritieren lassen!) Den Teig gleichmäßig verteilen und fest in die Form drücken. Kokosöl und Kakaopulver verrühren und gleichmäßig über dem Kuchen verteilen. Den Kuchen für mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen. Anschließend vorsichtig aus der Form lösen und mit fein geschnittenen Bananenscheiben sowie Kokosraspel verzieren.

Tipp:

Anstelle von Bananen können auch pürierte Himbeeren oder Erdbeeren auf dem Kuchen verteilt werden! Guten Appetit!

© 2026 TIME2TRI GmbH