

Apfelcrem-Ananas-Torte

| | | | | | |
|----------------------------|-----|---------------------------|-------------|-------|----------------|
| | für | 2 Personen | 3.002 g | = ca. | 13,58 € |
| Mohnboden: | | (alles im Mixer pürieren) | | | Preis |
| 100 g Sonnenblumenkerne | | | | | 0,50 € |
| 200 g Mandeln, eingeweicht | | | | | 3,20 € |
| 150 g Feigen | | | | | 2,10 € |
| 50 g Mohn | | | | | 0,40 € |
| 145 g Banane | = | 1,0 Bananen | (sehr reif) | | 0,15 € |
| Apfelcreme: | | (alles im Mixer pürieren) | | | |
| 1.000 g süße Äpfel | | | | | 1,50 € |
| 150 g Kokosraspel | | | | | 1,88 € |
| Belag: | | (alles im Mixer pürieren) | | | |
| 500 g Ananas | = | 1,0 Ananas | | | 1,50 € |
| Carob-Sahne: | | (alles im Mixer pürieren) | | | |
| 125 g Kokosraspel | | | | | 1,56 € |
| 20 g Carob oder Rohkakao | = | 2 Esslöffel | | | 0,30 € |
| 250 g Wasser | | | | | |
| 286 g Banane | = | 2,0 Bananen | (sehr reif) | | 0,29 € |
| 26 g Datteln | = | 4 Datteln | | | 0,21 € |

Eine Springform mit Zimt ausstreuen.

Die Mandeln, Sonnenblumenkerne und Feigen einzeln im Mixer klein hexeln, den Mohn fein mahlen und alles mit der Banane zusammen zu einem Teig verkneten.

Den Teig in die Springform gleichmäßig hinein geben und mit den Fingern glatt streichen.

Für die Apfelcreme die Kokoschips sehr fein mixen.

Dann die Äpfel in kleine Stücke schneiden.

Zusammen mit den Kokoschips vermischen.

Dann die Hälfte der Apfelcreme auf den Kuchenboden verteilen.

Die Ananas in Stückchen schneiden, ein paar Stücke für die Dekoration übrig lassen.

Alle anderen Apfelstücke auf die Apfelcreme verteilen.

Nun füllt man über die Ananasstücke die 2. Hälfte der Apfelcreme.

Glatt streichen und alle Zwischenräume mit der Creme gut füllen.

Für die Carobsahne die Kokoschips und den Carob mit dem Mixer sehr fein mahlen.

Dann Wasser und das Bananenstück hinzugeben und gut mixen.

Danach den Kuchen mit der Carobsahne und den aufgehobenen Ananasstückchen nach Wunsch schön dekorieren.