



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten:

- 3 Stk. Eier
- 0,25 l Zucker
- 0,25 l Mehl
- 0,25 l Mohn
- 0,25 l Joghurt
- 0,125 l Öl
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 0,5 Pkg. Backpulver

Mein persönlicher Tipp

Dieses schnelle Becherkuchenrezept ist rasch und einfach zuzubereiten. Den fertigen Kuchen kurz in der Form rasten lassen und dann erst stürzen.



Friederike Schmitl

Referentin für Ernährung in Eisenstadt

Mohnguglhupf



Foto: Friederike Schmitl - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

Mohnguglhupf - Becherkuchen (1 Becher ? ¼ Liter):

- o Zutaten: 3 Eier, 1 Becher Zucker, 1 Becher Mehl, 1 Becher Mohn gemahlen, 1 Becher Joghurt oder Sauerrahm, ½ Becher Öl, 1 Pkg. Vanillinzucker, halbe Pkg. Backpulver
- o Mit der Küchenmaschine die ganzen Eier mit dem Zucker und dem Vanillinzucker verrühren, das Öl dazugeben und alles zu einer schaumigen Masse schlagen.
- o Joghurt oder Sauerrahm unterheben.
- o Das Mehl mit dem Backpulver versieben und den Mohn gut untermischen.
- o Die trockenen Zutaten vorsichtig in den Teig einmelieren, in eine befettete und bemehlte Guglhupfform füllen und bei 180 Grad ca. 50-60 Min backen.

Quellen:



Friederike Schmitl: *Privatrezept*

