



## Zucchini-Schoko-Kuchen

Kuchen mit 20 Stücken  
Vegetarisch  
30 Minuten Zubereitungszeit  
Zucchini-Saison: Juli bis Oktober

### Zutaten für den Teig:

- 300 g Zucchini, ca. 1 – 2 Stück
- 1 EL Zitronensaft
- 120 g Margarine oder Butter
- 200 g Zucker
- 4 Eier
- 250 g Weizen- oder Dinkelvollkornmehl
- 100 g Gemahlene Haselnüsse
- 20 g Kakao
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- Nach Wunsch: Zimt oder gemahlene Vanille
- Fett und Gries für die Backform
- 150 g Kuvertüre

### Zubereitung:

Zucchini waschen, fein raspeln und mit 1 EL Zitronensaft beträufeln. Margarine oder Butter mit Zucker schaumig rühren und nach und nach die Eier zufügen. Mehl, gemahlene Nüsse, geraspelte Zucchini, Kakao, Backpulver, Salz und evtl. Zimt oder Vanille zufügen und zu einem glatten Teig verrühren.

Die Guglhupf- oder andere Backform fetten, mit Gries austreuen und den Teig einfüllen. Bei 180° Ober- und Unterhitze ca. 60 Minuten backen.

Nach dem Abkühlen die Kuvertüre im Wasserbad erwärmen und den Kuchen damit bestreichen.

### Tipps:

Der Kuchen lässt sich gut einfrieren und nach Bedarf auftauen.

Den Teig in kleine Formen geben und zum Picknick mitnehmen.

Für den Ernährungsrat im Rhein-Kreis Neuss:  
*Ulla Tenberge-Weber und Uschi Pletzko*  
Juli 2020