

# REZEPT

# „Karottenhappen“



## FÜR DEN BODEN BRAUCHST DU

- 200g Möhren/ Karotten
- 75g gehackte Walnüsse
- 60g Apfelmus
- 100ml Öl
- 3 Eier ( M)
- 100g brauner Zucker
- 1 El Apfelessig
- Vanille
- 1TL. Zimt
- 100g Dinkelvollkornmehl
- 100g Dinkelmehl
- 1 TL. Backpulver
- 1/2 TL. Natron
- Prise Salz



180 °C Ober-/Unterhitze



ca. 2 1/2h



mittel

## ZUBEREITUNG:

### BODEN

1. Karotten/Möhren waschen, schälen und raspeln
2. Ofen auf 180 C Ober-/Unterhitze vorheizen
3. Mehl, Backpulver, Natron und Walnüsse zusammengeben
4. Eier trennen: Eiweiß mit einer Prise Salz aufschlagen, Eigelb mit braunem Zucker, Vanille und Zimt schaumig rühren
5. Apfelmus, Öl, Apfelessig in einer Schüssel verrühren
6. Im Wechsel Eiweiß, trockene Zutaten, flüssige Zutaten und Karotten unter die Eigelbmasse heben
7. Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech mit Backrahmen geben und glatt verstreichen
8. Bei 180 C 20-25 min backen und den Boden danach auskühlen lassen

### Käsecreme

1. Schlagsahne mit San Apart aufschlagen
2. Butter aufschlagen
3. Nebenbei Frischkäse mit Honig und Milchmädchen miteinander verrühren
4. Frischkäse mit aufgeschlagener Butter verrühren und danach Sahne unterheben

### Schichten:

- Böden in 3 gleichgroße Abschnitte schneiden
- Hälfte Creme auf 1. Abschnitt streichen, den 2. Bodenabschnitt darüberlegen und darauf die restliche Creme streichen und mit dem 3. Bodenabschnitt abschließen, das Ganze leicht andrücken
- Über Nacht gepresst im Kühlschrank stellen (pressen = leichter gleichmäßiger Druck von oben)
- Am nächsten Tag das geschichtete Stück in beliebig große Stücke zB. Quadrate schneiden
- Weiße Kuvertüre Schmelzen und die Happen seitlich hineintunken
- Nach Belieben dekorieren

## FÜR DIE KÄSECREME BRAUCHST DU

- 70g Honig
- 60g Milchmädchen
- 100g Schlagsahne
- 1TL San Apart
- 200g Butter (weich)
- 375g Frischkäse (Raumtemperatur, nicht frisch aus dem Kühlschrank)



- TIPPS:**
- Butter und Frischkäse sollten annähernd die gleiche Temperatur haben. Ist der Frischkäse beim Verrühren mit der Butter zu kalt, wird die Masse krisselig.
  - Das Pressen soll bewirken, dass die Böden und die Creme sich nicht so leicht von einander trennen und auch beim Hineintunken in die Kuvertüre aneinander haften bleiben.
  - Man kann die Happen auch nach dem Schichten leicht andrücken und kühlen, das garantiert jedoch nicht, dass die Schichten beim Hineintunken in die Kuvertüre ohne Hilfsmittel von alleine zusammenhalten.