

Punschirschen-Kuchen im Glas

Leicht ⌚ ca. 50 Min.



Zutaten | 6 Portionen

Für die Kirschen

300 g TK-Kirschen
50 g Rosinen
75 ml Rotwein (oder
Kirschnektar für eine
alkoholfreie Variante)
30 g Butter
1 TL Zimt

Für den Teig

150 g kernige Haferflocken
125 g weiche Butter
125 g Zucker
2 Eier
1 TL Vanillepaste
1 Prise Salz
100 g Mehl

Zubereitung

Gefrorene Kirschen mit Rosinen und Wein bzw. Nektar in eine Pfanne geben, aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Butter und Zimt einrühren, Butter schmelzen lassen und 2-3 Minuten unter Wenden köcheln, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Abkühlen lassen.

Backofen auf 175 °C (Umluft: 150 °C) vorheizen. 6 Schraubgläser (à ca. 320 ml Inhalt) gründlich einfetten und mit zarten Haferflocken austreuen.

Für den Teig kernige Haferflocken in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften. Sofort herausnehmen. 100 g Haferflocken in einem Blitzhacker zu Mehl mahlen. Butter, Zucker, Eier, Vanillepaste und Salz in eine Rührschüssel geben und mit den Schneebesens des Rührgeräts ca. 5 Minuten cremig rühren. Hafermehl, Mehl, Backpulver, Buttermilch und restliche kernige Haferflocken zugeben und



½ Päckchen Backpulver
80 ml Buttermilch
Fett und zarte Haferflocken
für die Gläser

Nährwerte pro Portion

kcal	420
Kohlenhydrate	48 g
Ballaststoffe (1,13 g Beta- Glucan)	3 g
Eiweiß	8 g
Fett	22 g
Salz	0,1 g

nur kurz unterrühren, so dass alles gerade eben verbunden ist. Punschkirschen zugeben und mit einem Spatel vorsichtig unterheben.

Den Teig ca. $\frac{3}{4}$ hoch in die Gläser füllen (nicht zu hoch, er geht noch auf!). Im heißen Ofen ca. 30 Minuten backen. Sofort nach dem Backen mit den Deckeln verschließen, dann im ausgeschalteten noch warmen Ofen bei geöffneter Ofentür auskühlen lassen.

Tipp: Die Kuchen im Glas sind mindestens 2 Monate haltbar. Besonders gut lassen sie sich in Sturzgläsern backen, die gerade Wände haben und aus denen man den Kuchen gut stürzen kann.

Varianten: Statt mit Kirschen schmeckt der Kuchen auch mit Apfel oder Birne. Dazu jeweils 2 Äpfel oder Birnen schälen, vierteln, entkernen, klein würfeln und genau wie die Kirschen verarbeiten.