

Pressemitteilung

Ostern mit Omas Blechkuchen

Eine fruchtige Alternative mit praktischem Obst aus der Dose

Mit Rezept: Aprikosenkuchen mit Streuseln vom Blech

Ostern ist die Zeit für bewährte Familienrezepte – wie den Aprikosenkuchen vom Blech, der mit seinem einzigartigen Geschmack aus Hefe und Quark sofort Kindheitserinnerungen weckt. Saftig belegt mit Aprikosen aus der Dose, knusprigen Butterstreuseln und einem weichen Hefeteigboden ist der Kuchen eine fruchtige Alternative zu schweren Sahnetoren und außerdem schnell und einfach zu backen. Und das auch spontan und mit Zutaten, die jeder zu Hause hat.

Besserer Geschmack und leichtere Verarbeitung mit Aprikosen aus der Dose

Aprikosen aus der Dose funktionieren bei diesem Kuchen besser als frische oder getrocknete Früchte. Denn sie sind schön weich, süß und saftig und lassen sich schnell verarbeiten. Außerdem gibt es die typischen Sommerfrüchte um diese Jahreszeit nur als teure Importware.

Weißblech lässt sich leichter recyceln als andere Materialien

Auch bei der Entsorgung bieten Lebensmittelverpackungen aus Weißblech einige Umweltvorteile: Weißblech ist nahezu 100 Prozent recycelbar und wird immer wieder eingeschmolzen und in den Materialkreislauf zurückgeführt. Weil Weißblech magnetisch ist, kann es – anders als andere Verpackungsmaterialien – schnell und sortenrein aus dem Verpackungsabfall aussortiert werden. Deshalb gehören Weißblechdosen auch in den gelben Sack und nicht in den Restmüll. Auf der Webseite von weissblech-kommt-weiter.de gibt es viele wertvolle Informationen zu diesem Thema.

Wer also Wert auf Nachhaltigkeit beim Kochen legt, sollte häufiger zu Lebensmitteln aus der Dose greifen. Wie abwechslungsreich und kreativ sich damit kochen und backen lässt, zeigen die Rezepte von Food Blogger Malte Adrian von malteskitchen.de. Als Markenbotschafter für weissblech-kommt-weiter.de veröffentlicht er des Öfteren Rezepte, bei denen er Produkte aus der Dose auf eine ganz natürliche Art verwendet. So ist auch die Idee entstanden, den Aprikosenkuchen seiner Oma zu verbloggen. „Das Geheimnis von Omas Kuchen liegt in seiner Einfachheit“, sagt Malte Adrian. „Man braucht nicht viele Zutaten, um ihn zu backen.“ Das zeigt auch das Rezept:

Aprikosenkuchen mit Streuseln vom Blech | Omas Rezept



ZUTATEN

Boden

- 330 g Weizenmehl Typ 405
- 160 ml Milch
- 30 g Hefe
- 50 g Zucker
- 50 g Butter, Zimmertemperatur
- 1 Prise Salz

Füllung

- 2 Dosen Aprikosen, Abtropfgewicht je 480 g
- 750 g Magerquark
- 3 Eier, Größe M
- 100 g Butter, geschmolzen und abgekühlt
- 150 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 Pck. Puddingpulver
- 1 EL Speisestärke
- 1 Prise Salz

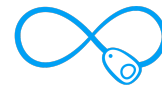
Streusel

- 200 g Weizenmehl Typ 405
- 75 g Zucker
- 130 g Butter, Zimmertemperatur
- 1 Prise Salz

ZUBEREITUNG

Boden

- Das Mehl in eine Schüssel sieben und in der Mitte eine Mulde formen.
- Die Milch leicht erwärmen (unter 40 Grad bleiben, sonst stirbt die Hefe), zerkleinerte Hefe und 1 TL Zucker zur Milch geben. Verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat. Die Milch in die Mulde gießen und mit einer Gabel ein wenig des Mehls einrühren, sodass ein breiiger Vorteig entsteht.



- Die Schüssel abdecken und für 20 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.
- Anschließend die restlichen Zutaten, also Zucker, weiche Butter und Salz zum Vorteig in die Schüssel geben und mit dem Knetaken der Küchenmaschine oder des Mixers verkneten, bis ein glatter Teig entsteht. Diesen nochmal 10 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
- Den Hefeteig mit der Hand einmal flach drücken und nochmal 10 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
- Ein Backblech mit hohem Rand mit Backpapier auslegen und den Teig darin dünn ausrollen.

Füllung

- Während der Teig geht, die Aprikosen in ein Sieb gießen und abtropfen lassen sowie die Streusel zubereiten.
- Den Quark in eine Schüssel geben und Eigelb, flüssige Butter, Zucker, Vanillezucker und Salz dazu geben und gut verrühren. Anschließend Puddingpulver und Speisestärke unterrühren.
- Die Eiweiße mit einer Prise Salz steif schlagen und unter den Quark heben.
- Backofen auf 200 Grad Celsius Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Quark auf dem Teigboden verteilen und glattstreichen. Die abgetropften Aprikosenhälften darauf verteilen und leicht in den Quark drücken.

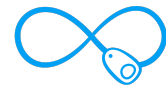
Streusel

- Die Zutaten für die Streusel, also Mehl, Zucker, Butter und Salz mit den Händen zu Streuseln verkneten.
- Die Streusel gleichmäßig über dem Kuchen verteilen und diesen für 40 Minuten backen.
- Das Blech aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Ungefähre Nährwerte pro Portion

Kalorien: 290kcal | Kohlenhydrate: 36g | Eiweiß: 9g | Fett: 13g | Zucker: 16g

Das Rezept mit ausführlicher Beschreibung sowie weitere Informationen zur Recyclingfähigkeit von Weißblech – dem Material, aus dem die Lebensmitteldosen bestehen – finden Sie auch auf der Seite von weissblech-kommt-weiter.de oder auf dem [Instagram Kanal](#) der Initiative.



WEISSBLECH-KOMMT-WEITER.DE

Weiteres Bildmaterial:



Kostenfreie Verwendung bei Nennung der Bildquelle:

www.weissblech-kommt-weiter.de

Bilddownload auf den Presseseiten von weissblech-kommt-weiter.de

Pressekontakt

Marco Cabras

Weissblech-kommt-weiter.de

Tel.: 0211 863 949 22

E-Mail: info@weissblech-kommt-weiter.de