

Schoko-Nuss-Tassenkuchen für die Mikrowelle

♥ Zutaten für **2 große Tassen**

7 EL Nüsse gerieben

2,5 EL Zucker

1 EL Kakao

1 TL Vanillezucker

3 EL Milch

3 EL Öl

1 Ei

1 Msp. Backpulver

(½ TL Backstübengewürz Schoko vom alten Gewürzamt)



Ei und Zucker mit einem Schneebesen oder Handmixer in einer kleinen Schüssel gut verquirlen. Dann die restlichen Zutaten dazu geben. (Evtl. noch ein halber Löffel Nüsse mehr-abhängig von der Größe der Eier)

Zwei große Kaffeetassen einfetten (z.B. mit meinem selbstgemachten Backtrennmittel einpinseln, alternativ mit Öl und Mehl)) und den Teig einfüllen. Beide Tassen auf einen Teller stellen und diesen Teller dann auf den Drehteller der Mikrowelle geben. Bei 600 Watt 4:30 Minuten garen.

Den Kuchen in den Tassen kurz auskühlen lassen und ihn dann mit einem Messer vom Tassenrand lösen. Nun kann man ihn stürzen und nach Wunsch mit Sahne, Eis, Früchten etc. verzieren. Fix und fertig auf dem Teller in nicht mal 15 Minuten!



TIPP: Auch lecker als Dessert-dafür einfach in 4 kleine Weckgläser oder ähnliches füllen und Backzeit etwas reduzieren.. ♥♥♥