Groß Glienicker Männerkochkreis am 27. Mai 2026

Malva Pudding

ist eines der beliebtesten Desserts Südafrika. Er ist eigentlich kein Pudding, sondern ein lockerer Kuchen.

Kochutensilien

ein oder zwei flache Auflaufformen
zwei Schüsseln
ein Teigschaber
ein Handrührgerät

Zutaten (12 Portionen)

für den Teig

240 g Mehl
2 TL Backpulver
4 Eier (Raumtemperatur)
180 g brauner Zucker
2 EL Aprikosenmarmelade
100 g Butter (geschmolzen)
2 Msp. Salz
500 ml Milch (Raumtemperatur)
2 TL Weißweinessig/ Zitronensaft

für die Soße

160 g braunen Zucker
200 g Butter
250 ml kochendes Wasser

Zubereitung

- Backofen auf 250 °C Ober – und Unterhitze erhitzen, Mehl und Backpulver in einer Schüssel gut vermengen.
- Als nächstes Eier und Zucker in einer extra Schüssel cremig rühren. Marmelade, geschmolzene Butter und eine Prise Salz dazugeben und zusammenrühren. Die Hälfte der Mehl – Backpulver – Mischung zu der Ei – Marmelade – Zucker – Salz-Mischung geben und schön rühren, gefolgt von der Hälfte der Milch. Den Vorgang wiederholen, bis Mehl und Milch aufgebraucht sind.
- Am Schluss Essig bzw. Zitronensaft dazugeben und schön rühren. In eine Auflaufform geben und für 10 Minuten backen. Nach 10 Minuten die Hitze auf 190 °C reduzieren und für 5 weitere Minuten backen. Nach 5 Minuten den Ofen ausschalten und den Kuchen für 5 Minuten drin lassen, ohne aufzumachen.
- Währenddessen die Soße bzw. den Sirup zubereiten. Einfach Butter und Zucker bei mittlerer Hitze erhitzen, bis der Zucker geschmolzen ist, und die Soße eine schöne goldbraune Farbe hat. Kochendes Wasser dazugeben, schön rühren und zum Kochen bringen.
- Nachdem der Kuchen gebacken ist, einen Zahnstocher oder eine Gabel nehmen, in den Kuchen Löcher piksen und den Sirup gleichmäßig über den Kuchen gießen.
- Den Kuchen nochmals in den ausgeschalteten, aber noch warmen Backofen schieben, zumachen und ziehen lassen, bis der Sirup absorbiert ist.
- Vor dem Servieren den Malva Pudding erwärmen. Schmeckt hervorragend mit Vanilleeis oder geschlagener Sahne..