



Desserts

Süsse Gebäcke, ob zum Kaffee oder Tee oder als Nachtisch, wer mag sie nicht. Obgleich sie nicht ganz



einfach sind, hat man mit etwas Übung den Dreh schnell raus und kann dann nach Herzenslust improvisieren. Am besten eignen sich einfache Rezepte, wie Muffins oder Blechkuchen, die man je nach Saison einfach anpassen kann.

Hier werden beispielhaft drei Rezepte vorgestellt, die auch einfach angepasst werden können.

Zwetschgen-Streuselkuchen nach Nicole Just's Vegan Backen

- 100g Margarine
 - 100g Zucker
 - 250g Weissmehl
 - ½ Päckchen Backpulver
 - 1 TL Ei-Ersatzpulver
 - oder Maisstärke
 - 125 ml Pflanzenmilch
 - 600g Zwetschgen
 - 40g Mehl
 - 60g gemahlene Mandeln
 - 70g Zucker
 - ½ TL Zimt
 - 60g kalte Margarine
- mit Margarine schaumig rühren
- mit Mehl vermengen, unter die Zucker-Margarine-Masse rühren
- alles begeben, gut verrühren
- In eine eingefettete Springform von 26 cm Durchmesser geben
- halbieren, entkernen, auf den Teig legen
- Mehl, Mandeln, Zucker, Zimt und Margarine von Hand vermengen, zu Streusel zerreiben und über die Zwetschgen geben
- Den Kuchen in der Mitte des vorgeheizten Ofen 35-40 min backen, herausnehmen und abkühlen lassen.

Statt den Zwetschgen können auch Apfel- oder Birnenschnitze, Kirschen, Rhabarber verwendet werden.

Apfel-Nusskuchen nach Nicole Just's Vegan Backen

- 3 Äpfel (ca. 500g)
 - ½ Biozitrone
 - 150g Margarine
 - 175g Zucker
 - 200g Mehl
- entkernen und in 1cm grosse Würfel schneiden
- Schale abreiben, Saft auspressen
- schaumig rühren



Handout zum Basic-Kochkurs vom 12. Oktober 2015

150g gemahlene Haselnüsse

½ TL Vanillepulver

3 TL Zimtpulver

1 Päckchen Backpulver

3 EL Sojamehl/Maizena

1 Prise Salz

trockene Zutaten vermengen

125 ml Sojamilch

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verrühren

Äpfel und Zitronensaft/-raspeln darunter rühren.

In eine eingefettete Kastenform oder Brownieblech füllen. Im vorgeheizten Backofen in der Mitte 45-50 min backen.

Auch hier können die Früchte variiert werden, es können andere Nüsse verwendet werden und/oder 2 EL Kakaopulver hinzugefügt werden um daraus einen Schoggikuchen zu machen.

Beeren Muffin nach Eaternity (12 Stück)

Leckere kleine Gebäcke die je nach Saison und Kühlschranksinhalt angepasst werden können.

300g Mehl

150g Rohrzucker

1 Päckchen Backpulver

1 Päckchen Natron

1/2 TL Salz

alles zusammen vermischen

2 EL Zitronensaft

300ml (Soja-) Milch

80ml Sonnenblumenöl mit Milch vermischen, von der Mitte unter die trockenen Zutaten mischen

400g Beeren

Vorsichtig unter Teig mischen

In Muffinförmchen füllen, bei 180 Grad ohne Vorheizen ca. 30min backen.

Waldbeeren schmecken spitze, alternative gehen auch gezüchtete Beeren aus dem Garten oder dem Laden (Johannisbeeren, Brombeeren, Himbeeren). Je nach Saison und Resten können statt Beeren Äpfel, Quitten, Birnen, Rhabarber, Bananen, getrocknete Früchte, Schokolade oder eine beliebige Mischung davon verwendet werden.

Einige Ideen:

♥ Apfel-Zimt-Muffins ♥ Kakao-Karamellstückchen-Muffins ♥ Joghurt-Heidelbeermuffin ♥ Schoko-Himbeer-Muffin ♥ Johannisbeermuffin ♥ Bananen-Schoko-Muffins ♥ Rosinenmuffin ♥