

Vegetarische HEIMATKÜCHE

Kochbuch mit 60 vegetarischen Rezepten von Klassikern aus dem deutschsprachigen Raum. Von Käsespätzle über Schnüsch, von sächsischer Kartoffelkuchen bis Friesentorte, von vegetarischer Rheinischer Sauerbraten bis Pilzfrikadellen mit Kartoffelbrei: in diesem Veggie-Kochbuch bleiben keine Wünsche offen; und all das ohne Fleisch. Ein feines Gemüsekochbuch für Heimatverliebte.

Bei den Rezepten handelt es sich um bekannte Rezepturen, die soweit noch nicht ohnehin vegetarisch vegetarisiert wurden. Dieses Kochbuch ist eine Hommage an unsere Heimat und an frühere Zeit. Dabei ist das Buch modern aufgemacht und herrlich bebildert.

Susann Kreihe

Vegetarische Heimatküche

Verlag: Christian München

Preis: 24,99 Euro

Seitenzahl: 192, gebundene Ausgabe

Maße (L/B/H): 25,7 x 19,5 x 2,2 cm

ISBN: 978-3-95961-599-0

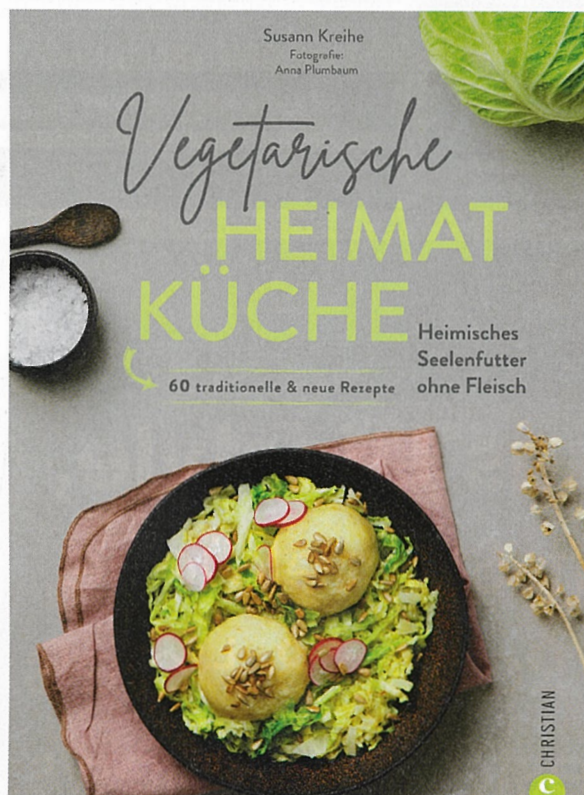


Foto: AdobeStock

Fotos, falls nicht anders angegeben: Anna Plumbaum

Friesentorte

Friesentorte ist ein norddeutscher Tortenklassiker, der ursprünglich – der Name verrät es – aus Nord- und Ostfriesland kommt.



Für 12 Stücke

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Backzeit: 30 Minuten

Für die Böden das Mehl mit dem Backpulver und dem Salz mischen. Die Butter und den Sauerrahm zugeben und alles zu einem Teig verkneten. Diesen abgedeckt für 30 Minuten kalt stellen.

Für die Streusel das Mehl mit dem Zucker, dem Salz, der Butter und 1 EL kaltem Wasser zu Bröseln verreiben. Die Streusel bis zur Verwendung kalt stellen.

Den Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Auf einem Bogen Backpapier nebeneinander zwei Kreise (20 cm ø) aufmalen. Den Teig dritteln und zwei Teigstücke in der Größe der Kreise ausrollen. Auf das Backpapier legen, dieses auf ein Backblech ziehen und mit einigen Streuseln bestreuen. Die beiden Böden im Ofen in 15–18 Minuten goldbraun backen.

Einen weiteren Kreis auf ein Stück Backpapier (20 cm ø) aufmalen, das übrige Teigstück entsprechend ausrollen und mit Streuseln bestreuen. Den Teig mit einem Messer in zwölf Stücke teilen, jedoch als Kreis zusammenliegen lassen und ebenso backen. Alle Böden nach dem Backen auskühlen lassen.

Für die Füllung die Sahne in einem Mixbecher halbstef schlagen. Dann den Puderzucker nach und nach zugeben und die Sahne steif schlagen. Den Quark mit dem Zitronensaft glatt rühren. Die Sahne unter die Quarkmasse rühren und die Creme in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen.

Einen Kuchenboden auf eine Kuchenplatte legen. Mit der Hälfte des Pflaumenmuses bestreichen, dabei einen 2 cm breiten Rand frei lassen. Zwölf Cremetupfen am Rand entlang aufspritzen und einen Teil der Creme in der Mitte etwas dünner verteilen. Den zweiten Boden ebenso vorbereiten und auf den ersten Boden setzen. Den letzten Boden in die markierten Stücke teilen und leicht schräg an die Cremetupfen setzen. Die Torte für 2 Stunden kalt stellen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben und in zwölf Stücke schneiden.

Für die Böden

250 g Weizenmehl Type 405
+ mehr zum Bearbeiten
2 TL Backpulver
1 Prise Salz
150 g Butter
100 g Sauerrahm

Für die Streusel

120 g Weizenmehl Type 405
50 g Zucker
1 Prise Salz
80 g kalte Butter

Für die Füllung

500 g flüssige Sahne
2–3 EL Puderzucker
250 g Speisequark
Saft von 1 Zitrone

Außerdem

250 g Pflaumenmus
Puderzucker zum Bestäuben