

Toni Rodríguez
Fotografie: Becky Lawton



DIE VEGANE BACKBIBEL

100 internationale Rezepte der modernen Patisserie

— MIT 500 STEP-FOTOS —



INHALT

VORWORT	5
EINLEITUNG	9
GRUNDREZEPTE	29
RÜHRTEIGE	47
HEFE- UND ZIEHTEIGE	73
KLEINGEBÄCK	139
MÜRBETEIGE	157
MACARONS & PETIT FOURS	207
SCHOKOLADE	227
TORTEN	245
CREMES, PUDDINGS UND MOUSSE	297
DANKSAGUNG	318
THEMATISCHES REGISTER	318
ALPHABETISCHES REGISTER	320

Ei ersetzen		
Eigelb	Ei	Eiweiß
Emulgator: Lecithine, Fasern		
Verdickung: Speisestärke, Proteine, Fasern		Gerinnung: Kartoffelprotein, Erbsenprotein
Lipide: Öle und/oder feste Fette		Lufteinbindung: Proteine (Kartoffel, Erbse, Soja), Aquafaba
	Flüssigkeit: Wasser	
Geschmack: Kala-Namak-Salzz		

Ersatz von Eiweiß Nachfolgend finden Sie zwei Formeln für Eiweiß-Ersatz. Mit einer wird gearbeitet, als Verdickungsmittel und zur Lufteinbindung (letztere optional), die andere nur zum Luft einbinden.

Eiweiß zur Lufteinbindung und/oder zur Gerinnung (warmes Eiweiß) Diese Mischung ist fähig zu gelieren, lockern und emulgieren. Sie ist immer zu empfehlen, wenn mit höheren Temperaturen gearbeitet wird, wie etwa bei Macarons, Financiers oder Dacquoise. Zur Herstellung werden die drei Zutaten vermengt. Die Mischung kann bis zu vier Tage im Kühlschrank ruhen.

Zutaten	Gewicht	%
Wasser	190 g	91 %
Kartoffelprotein	18 g	8,6 %
Xanthangummi	0,9 g	0,4 %

Eiweiß zur Lufteinbindung Diese Formel ist fähig, zu lockern und zu emulgieren, nicht aber zu gelieren, da Sojaprotein keine Wärme verträgt. Sie wir für Baiser zum Trocknen oder für Mousse verwendet. Zur Herstellung werden die drei Zutaten vermengt. Die Mischung kann sofort verwendet werden oder bis zur Verwendung bis zu vier Tage im Kühlschrank ruhen.

Ein vergleichbarer Eiweiß-Ersatz ist Aquafaba. Es hat eine hohe Emulsionskraft und Fähigkeit Luft zu binden, verträgt aber ebenfalls keine Temperaturen über 125 °C.

Zutaten	Gewicht	%
Wasser	144 g	94,8 %
Sojaprotein	7 g	4,6 %
Xanthangummi	0,9 g	0,6 %

Ersatz von Ei und Eigelb Um Ei und Eigelb zu ersetzen, ist es wichtig zu wissen, welche Eigenschaften sie jeweils beitragen, um sie dann austauschen zu können.

Emulsionsfähigkeit: Sojalecithin, Sonnenblumenlecithin, Fasern von Zitrusfrüchten, Bambusfasern, etc.

Gelier-/Verdickungsfähigkeit: native und modifizierte Speisestärke, pflanzliche Proteine, Pecthine, etc.

Lipide: gesättigte und ungesättigte Pflanzenöle.

Flüssigkeit: Wasser.

Ei-Geschmack: Kala-Namak-Salzz (am besten kalt verwenden, da es bei Wärmezufuhr viel Geschmack verliert).

Verbreitete Mythen bezüglich dem Ersatz von Ei In den Sozialen Medien werden folgende Ersatzmittel für Ei erwähnt:

2 EL Wasser plus 1 EL Leinsamen

2 EL Wasser plus 1 EL Chiasamen

1 geriebene Banane

1 EL Wasser plus 1 EL Agar-Agar

Sojajoghurt

Aquafaba, etc.

Möglicherweise findet man in diesen Zutaten bestimmte Eigenschaften von Ei, wie etwa die Lufteinbindung in Aquafaba (das wäre ein guter Eiweiß-Ersatz, allerdings nicht zum Kochen, nur bei kalter Verwendung) und die Emulsion in Sojajoghurt. Das macht sie allerdings nicht zu universellen Ei-Ersatzmitteln und noch viel weniger lässt sich bejahen, dass sie wie dieses funktionieren.

MILCHPRODUKTE

Milchprodukte sind im Vergleich zu Eiern deutlich einfacher zu ersetzen. Abgesehen davon, dass man den Laktosegeschmack nur in Zutaten tierischen Ursprungs antrifft, ist der viel wichtiger Punkt, dass es vorteilhaft

ist, wenn man diese Zutaten, die einen starken Eigengeschmack haben, weglässt. Dadurch können die Aromen der anderen Zutaten der Rezeptur stärker hervorkommen, ohne überdeckt zu werden.

Nährwert					
Milch		(Konditor-)Sahne		Butter	
Wasser	88,60 %	Wasser	59,60 %	Wasser	16,90 %
Protein	3,10 %	Protein	2 %	Protein	1 %
Fett	3,50 %	Fett	35 %	Fett	82,00 %
Salz	0,10 %	Salz	0,10 %	Salz	0,04 %
Kohlenhydrate	4,70 %	Kohlenhydrate	3,30 %	Kohlenhydrate	0,06 %

Ersatz von Milchprodukten Wenn man die Nährwerte von Milch, Sahne und Butter kennt, lassen sich Ersatzmittel selbst herstellen. Die Prozentanteile werden allerdings leicht variieren, da sich pflanzliche Fette, Proteine und Kohlenhydrate von Milchprodukten unterscheiden.

Milchprodukte haben aufgrund ihres Proteinanteil eine große Emulsionskraft. Deswegen empfehle ich bei der Herstellung von Cremes immer Sojamilch als Ersatz für Kuhmilch zu verwenden, da diese von Natur aus Sojalecithin enthält und es nicht nötig ist, irgendeine Art von Emulsionsmittel hinzuzufügen.

Wie es die Rezepte in diesem Buch zeigen, lassen sich Ersatzmittel für Milchprodukte selbst herstellen. Dennoch, im Gegensatz zu Eiern, ist es möglich, viele dieser

Ersatzmittel als Fertigprodukte zu finden - sowohl auf professionellem Niveau als auch für den Hausgebrauch.

Milch: Pflanzendrinks/-milch.

Sahne: pflanzliche Sahne zum Kochen (wenig Fettgehalt) und zum Aufschlagen (hoher Fettgehalt).

Butter: 100 % pflanzliche Margarine.

Frischkäse: veganer Frischkäse.

Salz in Milchprodukten Es ist wichtig zu bedenken, dass sowohl Milch als auch Sahne Salz enthalten, was den Geschmack der Zubereitung verstärken und die Rezepte weniger süß erscheinen lässt. Wenn man die Nährwerte von Pflanzendrinks betrachtet, werden man feststellen, dass diese einen sehr geringen oder keinen Salzgehalt enthalten. Daher ist es wichtig, den Zubereitungen 0,1 %-0,2 % Salz hinzuzufügen.

ZUCKER

Zucker sind einfache Kohlenhydrate (Monosaccharide und Disaccharide). Sie aktivieren die süßen Geschmacksrezeptoren, sind verdaulich und erhöhen den

Blutzuckerspiegel. Es gibt zwei bedeutende Werte von Zucker:

KLASSISCHES BRIOCHE

SOFTE GEBÄCKSTÜCKE MIT ORANGE UND ORANGENBLÜTENWASSER IN RUNDER FORM.

Für 2 Kastenformen à 28 × 7 cm

BRIOCHETEIG

Zutaten

580 g Manitoba-Weizenmehl

40 g Weizenmehl Type 405

10 g Rum

80 g Zucker

10 g Salz

20 g Orangenblütenwasser

260 g Wasser

2 unbehandelte Orangen

25 g frische Hefe

200 g Margarine

neutrales Pflanzenöl für die Schüssel

FERTIGSTELLUNG

Zutaten

Brioche Teig

Mehl zum Arbeiten

100 g Zucker

30 g Anislikör plus etwas mehr zum

Einstreichen nach dem Backen

Zubereitung

1. Die beiden Mehlsorten, den Rum, den Zucker, das Salz, das Orangenblütenwasser und das Wasser in die Küchenmaschine geben. Mit dem Knethaken 15 Minuten verarbeiten, bis ein elastischer Teig entstanden ist.

2. Die Schale der Orangen dünn abreiben.

3. Den Orangenabrieb, die Hefe und etwas von der Margarine zum Teig geben und einarbeiten.

4. Die übrige Margarine in drei bis vier Portionen nacheinander einkneten.

5. Der Teig soll im Anschluss ein stabiles Teiggerüst ausgebildet haben und die Margarine vollständig eingearbeitet sein.

6. Den Teig zu einer Kugel formen und in eine eingölte Schüssel geben.

7-8. Die Schüssel mit Frischhaltefolie abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen. Man wird die Teigentwicklung erkennen.

Zubereitung

9. Den aufgegangenen Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit den Händen und oder einem Nudelholz die entstandenen Gasblasen aus der Masse drücken.

10-11-12-13-14. Von der Masse 50–60 g schwere Stücke abstechen. Die Teigstücke rund formen und jeweils zehn Teigkugeln nebeneinander in zwei mit Backpapier ausgekleidete Kastenformen (à 28 × 7 cm) setzen.

15. Bei 26–30 °C reifen lassen, bis die Teiglinge ihr Volumen verdoppelt haben.

16. Den Zucker mit dem Anislikör vermischen und die Mischung 10 Minuten ruhen lassen.

17. Wenn die Teiglinge ihr Volumen etwa verdoppelt haben, mit der Anis-Zucker-Mischung bestreuen.

Bei 180 °C im vorgeheizten Backofen backen, bis ein Kerntemperatur von 90–94 °C erreicht ist.

18. Nach dem Backen die Brioche noch warm mit etwas Anislikör bepinseln. Das verleiht den Brioche mehr Glanz.

Die Brioche vor dem Servieren erkalten lassen.

SERVIEREN Zimmertemperiert, leicht erwärmt (in der Mikrowelle oder dem Ofen) oder gekühlt servieren.

AUFBEWAHREN Hält sich bei Zimmertemperatur 1–2 Tage (obwohl er am Backtag am besten ist), im Kühlschrank 2–3 Tage. Die Brioche können auch, zum Schutz vor Feuchtigkeit luftdicht verschlossen oder in Frischhaltefolie verpackt, für bis zu 3 Monate eingefroren werden.

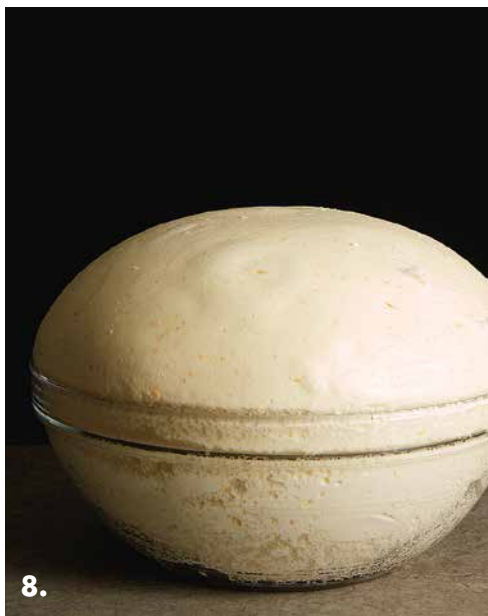
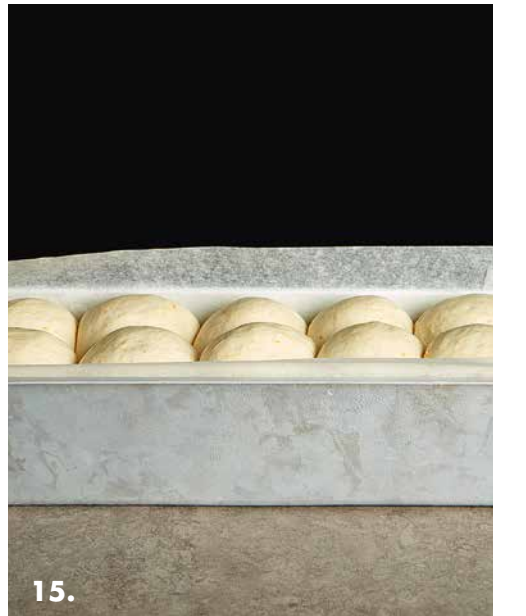
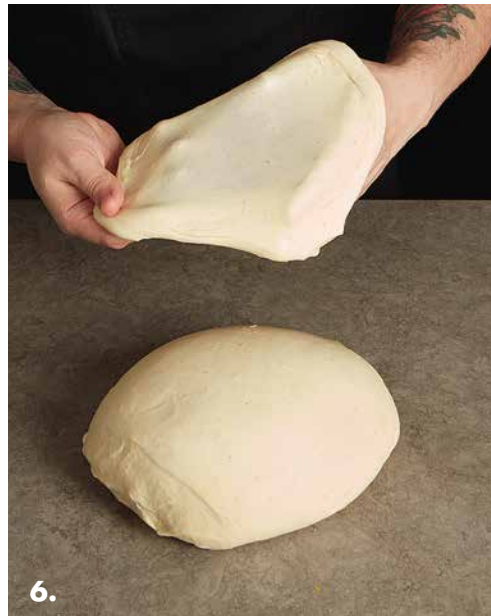
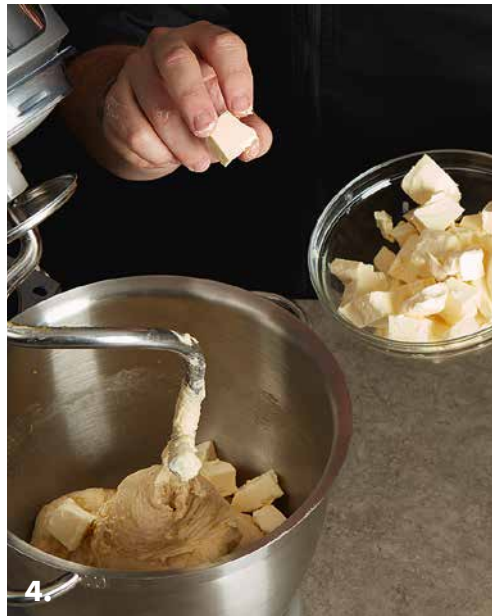
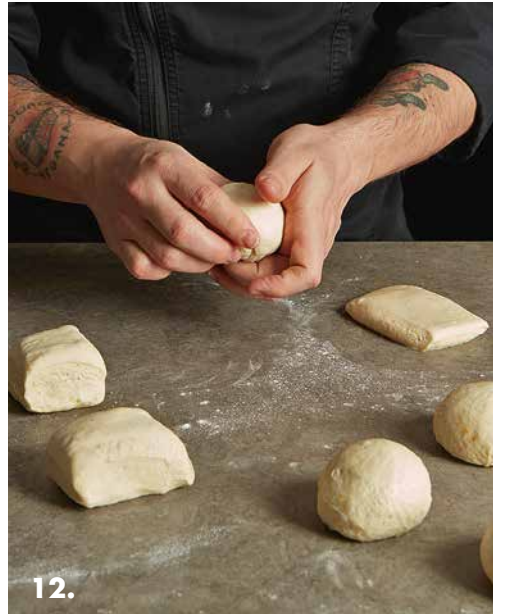


Tipps

Der Anislikör kann durch Rum oder Fruchtsaft ersetzt werden.

Die Kastenform ist optional. Es kann auch eine beliebige andere Backform verwendet werden.

Nach der ersten Teigruhe kann der Teig nach Belieben geformt werden.



DACQUOISE mit PISTAZIEN und HIMBEEREN

WEICHES BAISERGEBÄCK MIT PISTAZIEN, PISTAZIENCREME UND FRISCHEM HIMBEEREN.

Für 9 Stück

DACQUOISE

Zutaten

7 g Kartoffelprotein

0,6 g Xanthan

1 g Salz

142 g Wasser

126 g Zucker

40 g Maizena

60 g Mandelmehl

60 g Pistazienkerne

42 g Puderzucker plus mehr zum

Bestauben

Zubereitung

Das Kartoffelprotein, das Xanthan und das Salz mit dem Wasser bei niedriger bis mittlerer Geschwindigkeit schaumig aufschlagen. Dann nach und nach den Zucker sowie das Maizena einrieseln lassen. Rühren, bis ein fester Baiserschäum entstanden ist.

Die Pistazienkerne, das Mandelmehl und den Puderzucker im Food Processor einige Sekunden mahlen. Die Mischung dann vorsichtig in drei bis vier Portionen unter den Baiserschäum heben.

Neun runde Backrahmen (7 cm Durchmesser) mit Backpapier auskleiden.

Das Pistazienbaiser in einen Spritzbeutel füllen. Zunächst die Böden der Förmchen mit der Masse bedecken, dann entlang der Ränder seitlich Spitzen aufspritzen. Mit etwas Puderzucker bestauben und 5–10 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Danach bei 165–175 °C im vorgeheizten Backofen 15–18 Minuten trocknen. Währenddessen alle 3 Minuten die Ofentür für 2 Sekunden öffnen, um Feuchtigkeit entweichen zu lassen.

Nach dem Backen bei Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Zubereitung

Das Kokosöl auf 45 °C erhitzen und schmelzen.

Das geschmolzene Kokosöl dann mit dem Pistazienmus verrühren.

Die Konditorcreme in eine Schüssel geben. Nach und nach die Kokosöl-Pistazienmus-Mischung zugeben und mit einem Schneebesen oder Küchenspatel verrühren.

Die Creme in einen Spritzbeutel mit runder Tülle füllen.

Zubereitung

Die Dacquoise mit der Pistaziencreme, Himbeeren, dem Imprägnierzucker und den Pistazienkernen garnieren.

FERTIGSTELLUNG

Zutaten

Dacquoise

Pistaziencreme

Himbeeren

Imprägnierzucker

geröstete Pistazienkerne, gehackt

SERVIEREN Zimmertemperiert oder gekühlt servieren.

AUFBEWAHREN Halten sich im Kühlschrank 4–5 Tage. Sie müssen gut vor Feuchtigkeit geschützt sein, da das Baisergebäck sonst schnell weich wird. Die Dacquoise können auch – ohne Himbeeren – eingefroren werden. Dafür luftdicht verpacken oder in Frischhaltefolie wickeln.

Tipps

Nehmen Sie das Backblech nach der Hälfte der Backzeit aus dem Ofen und drücken Sie die Mitte der Baisers mit einem Löffel etwas ein. So passt mehr Füllung auf die Dacquoise.

Ersetzen Sie das Pistazienmus durch ein anderes Mus. So können Sie den Geschmack variieren.





VEGAN BACKEN – OHNE KOMPROMISSE!

Toni Rodríguez' vegane Patisserie ist eine Klasse für sich. Statt auf Leinsamen, Bananen oder Sojajoghurt als Ei-Ersatz-Produkte setzt er auf kompromisslose Alternativen. Dafür hatte er über Jahre neue Rezepturen entwickelt, die er nun in diesem Buch teilt. In über 100 Rezepten und mehr als 500 Schritt-für-Schritt-Fotografien leitet er leicht verständlich zum Backen seiner veganen Meisterwerke an. So gelingen sogar Macarons, Mousse au Chocolat oder Croissants vegan. Die Rezeptauswahl ist modern und zeitgemäß und reicht von Cookies bis Petits Fours.

- 🌸 Vegane Patisserie auf höchstem Niveau
- 🌸 Über 100 feine Rezepte
- 🌸 Ausführlicher Einführungsteil und zahlreiche Tipps

Die vegane Backbibel
100 internationale Rezepte
der modernen Patisserie

320 Seiten, ca. 600 Abb., Format 22,5 x 27,1 cm
Hardcover, Leseband, Folienprägung

€ (D) 49,99 | € (A) 51,40 | sFr. 69,00
ISBN: 978-3-95961-736-9

WG: 457