

Simone Flohr

# Kein Kuchen ist auch keine Lösung

Vegan,  
einfach  
und einfach  
lecker

# Inhalt

Vorwort	5	Wiener Apfelkuchen	62
Vegan backen?	6	Aprikosen-Streusel-Kuchen	64
Backzutaten	7	Kirschkuchen	66
Öle und Fette	8	Nektarinenmohnkuchen	68
Mehl und Zucker	9	Marmorkuchen	70
Selbstgemachte Aromen	11		
Selbstgemachte Konfitüre	12	<b>Süßes aus Hefeteig</b>	
Grundausrüstung zum Backen	13	Omas Streuselkuchen	72
Backformen und Backbleche	16	Zimtschnitte	74
Ein letztes Wort, bevor es losgeht	17	Kirsch-Vanillestrudel	76
		Johannisbeer-Streuselküchle	78
<b>Schokoladenträume</b>		Bienenstich	80
Amarenamuffins	18	Friesische Mandelschnitte	83
L'amour du Chocolat	20	Rhabarberschnitte	86
Schoko-Bananencupcakes	22	Zwetschgendatschi	90
Schoko-Erdnusstaler	24	Feiner Hefezopf	92
Tarte aux Bananes et Chocolat	26		
Schoko-Walnussbrownies	30	<b>Salziges aus Hefeteig &amp; Co</b>	
		Brioche	94
<b>Frisch und sommerlich</b>		Sesamkringel	96
Vanilleblaubeercupcakes	32	Dinkelvollkornseelen	98
Himbeercupcakes	34	Briegelstangen	100
KIKOBA	36	Oliven-Rosmarinbrot	102
Himbeer-Limettenraum	38	Focaccia	104
Berrycatessen	40	Gemüsequiche	106
Pêche Melba	42		
Himbeerwölkchen	44	<b>Tipps &amp; Tricks</b>	
Tortendekor Ombre-Vintagestyle	47	Keine Angst vor Hefeteig	108
Berries & Roses	48	Teige teilen und formen	109
		Knoten und Kringel aus Hefeteig	110
<b>Allerlei Feines</b>		Mürbeteig	111
Kokos-Dattel-Konfekt	52	Torten & Backzeiten	112
Madeleines	54	Schokoraspel selber machen	113
Müslis	56	Muffins & Co	114
Zwetschgenbuchteln	58		
Belgische Waffeln	60	Danke!	115
		Meine Notizen	116

# Vorwort

Mein Weg zu diesem Buch begann, als ich 2015 nach vielen Jahren als Vegetarierin von verschiedenen Seiten mit dem veganen Gedankengut in Berührung kam und innerhalb weniger Wochen von einem trotzig geäußerten Gedanken einer alten Freundin gegenüber, „...das kann ich nicht, ich war früher Konditormeisterin, ich kann doch jetzt nicht alles auf einmal anders machen...“, zur überraschten Genießerin veganer Köstlichkeiten wurde.

Schnell war mir klar, dass es für mich kein Zurück mehr in alte Ernährungsgewohnheiten geben konnte. So begann ich ein bisschen herumzuexperimentieren und war jedes Mal überrascht, dass leckere Kuchen, Torten und so viel mehr ohne Abstriche und vor allem ohne tausend exotische Zutaten vegan herzustellen waren. Als Grundlage zum Experimentieren benutzte ich natürlich alte Lieblingsrezepte, die ich über die Jahre geschmacklich verfeinert hatte, und stellte diese auf vegane Zutaten um.

Den Anstoß, die Rezepte zu optimieren, aufzuschreiben und zu einem Buch zusammenzustellen, bekam ich schließlich von meiner ältesten Tochter, die im Kunstunterricht ein Fotoprojekt mit veganen Backwaren einreichen wollte.

So standen wir Tag um Tag und Woche um Woche zuhause in der Küche, um all diese Köstlichkeiten herzustellen und zu fotografieren. Noch während meine Tochter mit ihrem Projekt beschäftigt war, wuchs in mir der Wunsch, das alles und noch viel mehr zu einem Buch zusammenzutragen.

Die Köstlichkeiten, die schließlich ihren Weg in das Buch fanden, waren einerseits ausdrückliche Wünsche vieler Verwandter, Freunde und Bekannter und andererseits meine Vorstellungen: Ich wollte bewährte Klassiker, einfache alte Hausrezepte und auch erfrischend neue Rezepte in dieses Buch einbringen, und eben nicht das hundertste Tiramisu-Rezept oder ausschließlich Muffins, Cupcakes und Co. Natürlich haben auch diese ihren Platz gefunden; mit raffinierten Zutaten, leckeren Füllungen und allerlei Überraschungen.

Jetzt bleibt mir nur noch eines zu sagen: Hab Vertrauen in die Rezepte und Anleitungen, auch wenn sich vieles für dich ganz neu oder ungewohnt anhört. Ich werde dich Schritt für Schritt durch jedes Rezept führen. Und wenn mal etwas nicht gleich zu deiner Zufriedenheit gelingt, beim zweiten Mal klappt es bestimmt besser!

Auf jeden Fall wünsche ich dir schon jetzt viele leckere Kaffeekränzchen!

Enjoy!

## Vegan backen?

Glaubt mir, ich war die allergrößte Skeptikerin, als ich von einer Freundin das erste vegane Backbuch unter die Nase gehalten bekommen habe.

Damals lebte ich noch nicht vegan und war mehr als skeptisch, dass vegan backen überhaupt irgendwie funktionieren kann. Zu viele Zutaten, die die Rezepte enthielten, kannte ich nur vom Hörensagen beziehungsweise von Etiketten von Fertigbackwaren, die es überall zu kaufen gibt. Viele zusätzliche Zutaten kannte ich auch nicht als Backzutaten, sondern lediglich als eigenständige Lebensmittel.

Not my way, dachte ich damals und ließ es dabei erst einmal auf sich bewenden. Wenige Wochen später schon hatte ich allerdings so viel über Veganismus gelesen, dass es für mich konsequenterweise nur noch in eine Richtung gehen konnte: Ich fing an, vegan zu kochen und dachte nebenher auch schon nach, wie das wohl mit dem Backen klappen könnte. Vor allem das Ersetzen der Eier stellte mich vor eine Herausforderung, haben diese in Backwaren entgegen aller Behauptungen sehr wohl wichtige vielschichtige Aufgaben. Zum einen machen Eier das Gebäck fluffig und locker. Hauptsächlich tragen Eier aber durch die Gerinnung von Protein zum Verfestigen der Backwaren bei. Diese Aufgaben können in veganen Rezepten eigentlich nur Mehl und/oder Stärkemehl gemischt mit etwas Backpulver übernehmen.

## Vegan backen!!!

Ich halte ehrlich gesagt nicht sehr viel von sogenannten Tipps für den Austausch von Eiern. In diesem Buch wirst du von mir also keine Tipps dazu zu lesen bekommen.

Glücklicherweise befindet sich in meinem umfangreichen Besitz an Backrezepten auch ein Rezept für Teekuchen, welches mit nur einem Ei auskommt.

Dieses Rezept wählte ich für meine ersten Experimente aus, ließ das Ei weg und veränderte noch etwas an der Menge der restlichen Zutaten, et voilà: Meine ersten veganen Donauwellen erblickten das Licht der veganen Leckerschmeckerwelt. Und wisst ihr was? Keiner schmeckte den Unterschied!

Die erste Zeit mussten (durften) vor allem Mitglieder meiner Familie die ganzen Experimente versuchen. Verwöhnt, wie sie von früher waren, gaben sie mir definitiv wertvolle Anhaltspunkte für wirklich genial leckere Backerzeugnisse. Ihnen gebührt schon mal an dieser Stelle großer Dank!

An den Rezepten, die in diesem Buch zu finden sind, habe ich ein knappes Jahr gearbeitet und unermüdlich verbessert, bis ich wirklich zufrieden war. (Wir reden jetzt nicht von den vier Kilo Hüftgold!) Ihr seht, wer das Backen nicht maßlos übertreibt, so wie ich während der Entstehungszeit des Buches, hat auch figurtechnisch nichts zu befürchten! Eines kann ich euch auf jeden Fall versprechen: Vegan backen ist einfach; viel einfacher als das herkömmliche Backen, und die Leckereien lassen sich auch viel schneller zubereiten!

# Backzutaten

Beginnen möchte ich mit den Pflanzendrinks und anderen Alternativen zu Milchprodukten. Ich stelle euch die einzelnen Sorten vor und gebe euch auch meine Favoriten bekannt. Ihr alten Freunde der veganen Kost habt ja bestimmt schon eure Lieblinge unter den Pflanzendrinks, die könnt ihr selbstverständlich nach wie vor benutzen. Die Tipps hierzu sollen vor allem für Neueinsteiger eine Hilfe sein; ich war am Anfang auch etwas überfordert, bis ich die für mich besten Drinks ausgewählt hatte.

## Haferdrink

Haferdrink findet in den Rezepten weniger Anwendung, du kannst aber Sojadrink gegen Haferdrink austauschen, wenn du nicht so viel Sojadrink benutzen möchtest. Leckeren Haferdrink gibt es von EDEKA und Natumi.

## Mandeldrink

Mandeldrink ist die Hauptzutat für Muffins, Tortenböden und gekochten Pudding für die Frostings und Tortenfüllungen.

Leckere Mandeldrinks gibt es von: Provamel, ALPRO und Alnatura

## Quark-Ersatz

Mittlerweile gibt es feinen Sojaquark zu kaufen. Für die süßen Rezepte nehme ich immer ALPRO GO ON und für Salziges wie z.B. Flammkuchen eignet sich die Alternative für Quark von PROVAMEL.

## Reisdrink

Reisdrink hat für Backwaren einen zu dünnen Geschmack, er findet deshalb in diesen Rezepten keine Beachtung.

## Sahne-Ersatz

Als einzige Alternative hat sich „**Schlagfix ungesüßt**“ herauskristallisiert. Sie lässt sich hervorragend luftig aufschlagen und hat einen neutralen Geschmack. Mit Schlagfix lässt sich auch toller, cremiger Canache kochen, der sowohl als Füllung wie auch als Überzug von Backwaren dient.

**Schlagfix muss richtig kalt sein (ca. 4 °C), damit es sich optimal aufschlagen lässt.**

## Sojadrink

Sojadrink findet vor allem Verwendung als Teigzutat bei süßen und salzigen Hefeteigen. Wer allergisch auf Soja reagiert oder aus anderen Gründen keinen Sojadrink benutzen möchte, nimmt für süße Hefeteige am besten Mandel- oder Haferdrink. Für salzige Hefeteige kommt nur Haferdrink als Ersatz in Frage.

Bestens geeignete Sojadrinks sind:  
dm Sojadrink Calcium  
ALPRO Bio Sojadrink  
Provamel Sojadrink mit Calcium

# Öle und Fette

Beim herkömmlichen Backen wird in den meisten Rezepten vor allem Butter verwendet. Lasst uns also schauen, womit wir diese ersetzen können.

## Sonnenblumenöl

Sonnenblumenöl ist der Allrounder unter den Pflanzenölen. Aufgrund seines neutralen bis leicht nussigen Geschmacks eignet es sich besonders gut für Tortenböden und Muffins.

## Albaöl

Albaöl ist ein schwedisches Rapsöl mit einem feinen Butteraroma. Doch Vorsicht! Albaöl hat einen sehr intensiven Geschmack, der ausgewogen eingesetzt werden muss. Nehmt also bitte nie mehr Albaöl, als im Rezept angegeben ist, das ist wirklich wichtig.

Als ich anfang, vegan zu backen, hatte ich schon viel über Albaöl gehört, jedoch bei uns auf dem Land keine Möglichkeit, welches zu erstehen. Überglücklich über die erste erjagte Flasche stellte ich mich sofort nachmittags in die Küche, um einen Marmorkuchen zu backen. Natürlich nahm ich als Teigzutat ausschließlich Albaöl, ich wollte schließlich einen oberleckeren Kuchen backen! Um es kurz zu machen: Der Kuchen schmeckte wirklich scheußlich!

Wer kein Albaöl zu Hause hat oder sich keines kaufen möchte, nimmt einfach mehr von dem anderen Öl des Rezepts oder nimmt stattdessen zusätzlich ein leckeres Nussöl.

## Rapsöl

Anstatt Sonnenblumenöl kannst du auch Rapsöl verwenden.

## Olivenöl

Olivenöl findet vor allem Verwendung als Teigzutat von salzigen Hefeteigen.

## Margarine

Zwei Sorten Margarine kommen bei diesen Rezepten zum Einsatz. Für Mürbeteige bitte ausschließlich feste Margarine wie ALSAN verwenden. Andere, weiche Margarine macht den Mürbeteig zu weich. Er lässt sich auch nach langer Kühlzeit nur sehr schwer verarbeiten.

Weiche Margarine nimmst du zum Beispiel für Hefeteige und auch für Streusel. In den Rezepten ist immer genau angegeben, welche Margarine du verwenden sollst.

Streusel bitte nie mit Ölen zubereiten, denn sie binden beim Backen nicht ab. Sie werden fast pulverförmig, verbinden sich nicht mit dem Backgut und bekommen auch keine Backfarbe.

ALSAN findest du normalerweise im Kühlregal bei Butter und Margarine. Bitte keine Tofubutter in den Rezepten benutzen.

# Mehl und Zucker

## Mehle

Wenn nichts anderes in den Rezepten steht, verwende ich grundsätzlich Weizenmehl Type 405.

Dunklere Mehle haben zwar mehr gesunde Inhaltstoffe, sie eignen sich aber nicht für feine Kuchen und Torten. Zum einen verändert sich der Geschmack wesentlich und auch das Backverhalten ist ein völlig anderes. Aus diesen Gründen eignet sich auch Vollkornmehl nicht für diese feinen Backwerke.

Dinkelmehl Type 630 kann man bei Kuchen, Torten und Muffins nehmen und 1:1 ersetzen, wer das lieber mag. Bitte nicht mehr oder weniger Flüssigkeit nehmen, das passt trotzdem ganz genau. Lediglich der Geschmack verschiebt sich ein bisschen in Richtung würzig und nussig.

Möchtest du bei den Hefeteigen das Weizenmehl durch Dinkelmehl ersetzen, solltest du noch etwa 30g Teigflüssigkeit mehr dazugeben, sonst könnte dein Gebäck zu trocken werden. Das musst du einfach mal ausprobieren.

## Zucker

Wer anfängt, sich mit dem Thema Zucker zu beschäftigen, weiß um die schmale Gratwanderung pro und contra Zucker aus Zuckerrohr, beziehungsweise Zucker aus Zuckerrüben. Jeder soll nach seinem Gusto entscheiden, welchem Zucker er letzten Endes den Vorzug gibt.

Ich persönlich ziehe bei den meisten Rezepten Zucker, der aus heimischen Zuckerrüben regional hergestellt wird, gegenüber dem Zucker aus Zuckerrohr vor, und zwar aus folgendem Grund: Er wird nicht um die halbe Welt gekarrt, bevor ich ihn hier kaufen kann, und die Argumente bezüglich der angeblich viel gesünderen Inhaltsstoffe in Vollrohrzucker (1,5% Vitamine und Mineralstoffe) oder Rohrohrzucker (0,3-1,0% Vitamine und Mineralstoffe) sind für mich keine ausschlaggebenden Argumente.

Mittlerweile gibt es in Deutschland auch mehrere Hersteller von Biorübenzucker, es tut sich was in dieser Branche!

Bei der Verarbeitung von Zucker gibt es interessanterweise einiges zu beachten.

Die Körnung (also die Größe der Zuckerkristalle!) beeinflusst das Backergebnis immens.

Wollt ihr einen leicht zu verarbeitenden Teig und ein perfektes Produkt nach dem Backen, solltet ihr euch unbedingt an das Rezept halten. **Wer Vollrohrzucker oder Rohrohrzucker zum Backen verwenden möchte, soll das auch tun**, zumeist stimmt die Zuckerkristallgröße für optimale Backergebnisse.

Tut euch aber bitte diesen einen Gefallen: Ist im Rezept Puderzucker angegeben, so mahlt euren Zucker, so fein ihr nur könnt. Befreit euch bitte von den üblichen Gedanken zum „bösen“ Zucker, übertreibt es dennoch nicht mit dem Konsum desgleichen und genießt eure Ruhepausen und Ausnahmen vom Alltag in allen Zügen.

Hier kommt nun ein kleiner Überblick über gängige Zuckersorten und warum ihr unbedingt den Zucker nehmen sollt, der im Rezept angegeben ist.

## Puderzucker

wird zur Herstellung von Mürbeteig für z.B. Teegebäck, Kuchen oder auch für Zitronenglasur verwendet. Er macht die Teige weniger brüchig und weniger sandig. Somit lassen diese sich einfacher ausrollen und verarbeiten.

Im Gegensatz zu Puderzucker entwickelt gröberer Zucker beim Backen eine sogenannte „Triebkraft“ durch das Schmelzen der Zuckerkristalle. Dies ist bei Mürbeteig nicht erwünscht, da dies die feinen Konturen der Gebäcke nicht zu erhalten vermag und die Kekse außerdem sehr hart werden.

Kekse bekommen durch Puderzuckerzusatz ab dem zweiten Tag der Lagerung einen feinen „Schmelz“, der dazu führt, dass die Kekse auf der Zunge zergehen.

## Feinster Backzucker

ist eine Zwischengröße zwischen Puderzucker und herkömmlichem Zucker und findet in diesen Rezepten keine Verwendung.

Für Mürbeteige sind die Zuckerkristalle trotzdem zu groß und bei allen anderen Rezepten bekommt ihr die besten Ergebnisse bei Verwendung von Zucker mit „normaler“ Kristallgröße.

## Feiner Zucker

ist die gängigste Zuckersorte, und das zu Recht. Cookies gibt er die Knusprigkeit, die wir sonst bei Keksen meistens nicht haben wollen, und bei allen anderen Einsatzmöglichkeiten kann er zeigen, was in ihm steckt. Vertraut auf die Rezepte; sie funktionieren!

## Andere Zuckersorten

wie **Kokosblütenzucker** (dekadent und viel zu teuer), Birkenzucker (Zuckeraustauschstoff), **Stevia in Pulverform** (unangenehmer Eigengeschmack) **und was es sonst noch so alles gibt**, habe ich nicht ausprobiert. Zucker hat viele spezifische Bäckeeigenschaften, die diese Sorten alle so nicht haben und deshalb für mich absolut keine Alternative sind. Ob die Rezepte mit Austauschzuckern ebenso funktionieren, wage ich zu bezweifeln.

**Flüssige, sirupartige Süßungsmittel** finden in den Rezepten vor allem Verwendung beim Süßen von Füllungen und Schlagcremes. In allen Teigen, Rührkuchen, Muffins und Tortenböden sind diese Süßungsmittel definitiv fehl am Platz. Sie verfälschen die Textur, beeinflussen den Backprozess negativ und verfälschen immens das Produkt, welches ihr nachher aus dem Ofen zieht.

# Selbstgemachte Aromen

## Vanillezucker

Nimm eine Vanilleschote, schneide sie der Länge nach auf und kratze das Mark heraus. Gib in eine Schüssel 150g Zucker und das Vanillemark. Die ausgekratzte Schote schneidest du in kleine Stücke und gibst sie ebenfalls in die Schüssel. Rühre dies alles nun mit einem Schneebesen gut durch, damit sich das Mark fein verteilen kann. Anschließend füllst du den Vanillezucker in ein Marmeladenglas mit Deckel. Da das Vanillemark feucht ist, kann der Zucker eventuell etwas klumpen. Rühre einfach kurz mit einer Gabel durch, bevor du den Zucker entnimmst.

Ist dein Vanillezucker fast aufgebraucht, gibst du einfach noch einmal 100g Zucker dazu und mischt dies gut durch, die Schoten weiterhin im Glas belassen. Dies kannst du noch drei Mal wiederholen. Wenn auch diese Menge aufgebraucht ist, pulverisierst du die getrockneten Schoten mit zwei Esslöffeln Zucker und vermischst dies gründlich mit 150g Zucker. Ist schlussendlich auch dieser Vanillezucker aufgebraucht, musst du wieder einen neuen Vanillezucker ansetzen.



## Zitronenaroma

Eine Biozitrone waschen und abtrocknen, die Schale dünn mit einem Sparschäler abschälen oder abreiben. Achte bitte darauf, dass nichts vom Weißen der Zitrone dazukommt, da dieses dem Zitronenaroma eine unerwünschte bittere Note geben würde.

Die Zitrone auspressen und den Saft abwiegen. Nimm diese Zahl mal sechs und du erhältst die Menge Zucker, die du dem Zitronensaft begeben musst. Gib nun den Zitronenabrieb, den Zitronensaft und die Hälfte deines abgewogenen Zuckers in einen hohen Mixbehälter oder deinen Blender und mixe alles gründlich durch.

Vermische dies nun in einer Schüssel mit dem restlichen Zucker. Jetzt kannst du dein Zitronenaroma in Marmeladegläschen füllen. Die Gläschen werden verschlossen im Kühlschrank aufbewahrt. Im Kühlschrank setzt sich mit der Zeit der Zucker etwas nach unten ab. Wenn du das Zitronenaroma benutzen möchtest, musst du es kurz mit einem Teelöffel durchrühren.



# Selbstgemachte Konfitüre

Um Torten und Frostings ein wunderbares Aroma zu geben, eignen sich besonders gut selbstgemachte samtige Konfitüren. Das liegt daran, dass sich durch das Einkochen der Wassergehalt der Früchte reduziert und dadurch gleichzeitig das Aroma der Früchte besser herausgebildet wird.

Außerdem bindet Konfitüre durch das darin enthaltene Pektin wunderbar die Schlagcremes und Frostings ab. So braucht man bei den Füllungen mit „veganer Sahne“ weder Sahnesteif noch Agartine zuzugeben!

## **Für Konfitüre hat sich folgendes Grundrezept mehr als bewährt:**

Wiege deine vorbereiteten Früchte ab und mixe sie gut durch. Nun wiegst du die benötigte Menge „Gelierzucker 2plus1“ ab und gibst noch 10% Zucker, gerechnet von den Früchten, dazu. Jetzt die Mischung zum Kochen bringen, dabei ständig umrühren, damit nichts ansetzt. Wenn die Konfitüre anfängt sprudelnd zu kochen, lässt du sie fünf Minuten kochen (nicht wie auf der Packung angegeben vier Minuten; wichtig!). Sofort nach dem Kochen in sterilisierte Gläser füllen und verschließen.

Bei Himbeerkonfitüre gibt es folgendes zu beachten: Am besten benutzt du hierfür gefrorene Himbeeren. Diese lässt du bei Zimmertemperatur auftauen und mixt sie anschließend gut durch.

Wenn dein Mixer die Samenkörnchen nicht zerkleinern kann und dich die Körner stören, passierst du das Himbeermark vor dem Kochen durch ein feines Sieb. Anschließend wie oben weiter verfahren.

Folgende Konfitüren nach meinem Grundrezept haben sich bei mir zu Hause einen festen Platz im Schrank erobert: Erdbeere, Himbeere, Aprikose und Zwetschge.

Eine Ausnahme bildet Himbeer-Johannisbeerkonfitüre. Die Früchte werden im Verhältnis 1:1 gemischt, heiß entsaftet und abgekühlt mit der gleichen Menge Gelierzucker 1:1 vermenget. Dies nun unter stetigem Rühren zum Kochen bringen und fünf Minuten sprudelnd kochen lassen. Nach dem Kochen sofort in sterilisierte Gläser füllen und verschließen.



# Grundausstattung zum Backen

Folgende Küchenutensilien und sonstiges Zubehör sollten sich in deinem Besitz befinden, damit du ohne größere Schwierigkeiten kleine und große Köstlichkeiten zaubern kannst.

## Auskühlgitter

Wie der Name schon sagt, lässt man auf so einem Gitter zum Beispiel Kuchen auskühlen, bevor man ihn auf einer Tortenplatte zum Kaffeekränzchen serviert.

Ganz nützlich erweist sich ein Auskühlgitter beim Überziehen von Backwaren mit Schokolade oder Canache. Man legt einen Bogen Backpapier auf die Arbeitsfläche und stellt darauf das Auskühlgitter mit einer Torte. Diese übergießt man mit der Schokoladenglasur. Überflüssige Schokolade fließt durch das Gitter ab. Kurz bevor die Schokolade an der Torte fest wird, nimmt man die Torte mit Hilfe einer Palette oder der Metalltortenscheibe von dem Gitter herunter. Die heruntergetropfte Schokolade kann man nach dem Erstarren prima vom Backpapier lösen und bis zur weiteren Verwendung in einem verschließbaren Döschen aufbewahren.

## Digitalwaage

Exakt abgewogene Zutaten sind beim Backen die halbe Miete. Deshalb sind alle Rezeptzutaten grammgenau angegeben und aus genau diesem Grund solltest du eine Digitalwaage dein Eigen nennen.

## Edelstahlschüssel

Idealerweise besitzt du eine Rührschüssel mit rundem Boden, sonst reicht auch eine Schüssel mit abgeflachtem Boden. Die Edelstahlschüssel brauchst du vor allem zum Auflösen von Schokoladen aller Art. Das geht am Besten in einem Wasserbad. Dazu stellst du die Edelstahlschüssel in einen Kochtopf mit heißem, nicht kochendem Wasser und gibst die Schokolade in die Schüssel. Nun lässt sich die Schokolade wunderbar schmelzen. Allerdings musst du die ganze Zeit umrühren, damit die Schokolade nicht ansetzt und Klümpchen bildet. Ist die Schokolade geschmolzen, musst du das Schüsselchen sofort aus dem Wasserbad nehmen!

## Garnierkamm

Mürbeteigböden werden vor dem Backen angestochen, damit sie beim Backen keine Blasen werfen und hohlbacken. Man glaubt es kaum, aber für dieses Anstechen ist ein Garnierkamm genial geeignet. Einfach in zwei verschiedene Richtungen mehrmals den Teigboden einstechen und schon kann beim Backen nichts mehr passieren.

## Garniertüllen

Für den Anfang empfehle ich je eine kleine und große Loch- und Sterntülle. Solltest du später Lust bekommen, deine Kunstwerke noch verrückter auszugarnieren, kannst du dir überall ausgefallene Garniertüllen kaufen und damit hemmungslos experimentieren.

## Metalltortenscheibe

Mit einer Metalltortenscheibe kannst du wunderbar fertig gebackene Kuchen vom Blech auf deine Tortenplatte heben. Bei manchen Rezepten musst du Tortenböden waagrecht durchschneiden. Diese Böden kannst du am besten mit der Metalltortenscheibe hin- und herbewegen.

## Mixer / Stabmixer

Einen Mixer oder Stabmixer benötigst du vor allem für das Mixen der flüssigen Zutaten für Tortenböden, Muffins und so manchen Kuchen. Außerdem benötigst du einen Mixer für das Herstellen von Fruchtpürees. Zu guter Letzt müssen manchmal auch Nüsse oder Mandeln feinst zerkleinert werden. Auch das geht am besten mit einem Mixer oder speziellem Zubehör für Stabmixer.

## Nudelholz

Das brauchst du zum Ausrollen von Hefeteig und Mürbeteig.

## Rührbecher

Einen Rührbecher brauchst du, wenn du darin Zutaten mixen möchtest.

## Rührgerät

Grundsätzlich reicht ein Handrührgerät aus. Du solltest nur bedenken, dass das Aufschlagen von Cremes und Margarinen damit etwas zeitintensiv ist.

Hast du lediglich ein Handrührgerät, musst du deinen Hefeteig von Hand kneten, das schafft ein Handrührgerät leider nicht.

Damit ich mich in dich hineinversetzen kann, habe ich manche Backwaren bewusst nicht mit meiner Küchenmaschine hergestellt, weil ich ausprobieren wollte, um wieviel mühseliger die Herstellung von Backwaren von Hand ist. Die Rhabarberschnitte zum Beispiel habe ich bei meinem Schwiegerpapa zuhause gebacken. Da gibt es nur ein Handrührgerät und außerdem einen Backofen, der so ganz anders ist als meiner zuhause. Wie man sieht, hat das trotzdem prima funktioniert.

Wenn du allerdings viel backen möchtest oder schon bäckst, kannst du ja darüber nachdenken, dir eine feinere Küchenmaschine anzuschaffen.

## Rührschüssel

In der Rührschüssel werden alle Zutaten beispielsweise für Muffins zusammengerrührt. Auch für das Anrühren von Schlagcremes und Frostings ist eine Rührschüssel unerlässlich.

## Schneebeesen

Dein Schneebeesen sollte viele Drähte haben, damit du deine Cremes schnell und ohne Klümpchen rühren kannst.

## Spritzbeutel

Einen Spritzbeutel brauchst du vor allem, um deine Kunstwerke mit schönen Verzierungen auszugarnieren. Was viele nicht wissen: Mit einem Spritzbeutel lassen sich die Papierförmchen von Muffins ziemlich unfallfrei füllen. Das geht damit auch viel schneller. Dazu nimmst du den Spritzbeutel immer ohne Tülle.

## Teigkarte

Mit einer Teigkarte kannst du prima Reste aus einer Rührschüssel entfernen. Außerdem brauchst du sie, um große Teigstücke in kleine zu teilen. Nicht zuletzt kann man damit die Füllung für Torten auf den Tortenboden streichen.

## Teigspatel

Einen Teigspatel brauchst du, um deine Zutaten zusammenzumischen und die Rührschüsseln sauber auskratzen zu können.

## Tortenpaletten

Eine Tortenpalette solltest du dir spätestens anschaffen, wenn du bereit bist, dich an die Torten zu wagen. Sie sind ein unerlässliches Hilfsmittel beim Verteilen der Creme auf der Oberfläche und an der Seite der Torte. Auch ein Schokoladenüberzug lässt sich damit am besten auf der Oberfläche des Gebäcks oder der Torte verteilen.

## Verstellbarer Tortenring

Idealerweise besorgst du dir einen Tortenring, der zehn Zentimeter hoch ist. Für alle vorgestellten Torten ist diese Höhe ausreichend, mit Ausnahme der „berries & roses“. Für diese Torte bringst du den verstellbaren Tortenring einfach am oberen Rand deiner Springform oder eines Tortenringes an, und schon kannst du damit superhohe Torten herstellen.



# Backformen und Backbleche

Folgende Backformen und Backbleche sollten sich in deinem Besitz befinden:

## Eckiger Backrahmen

Eckige Backrahmen haben meistens die gleichen Maße und sollten verstellbar sein.

## Gugelhupfform

Für große, saftige Marmorkuchen brauchst du natürlich auch eine große Guglhupfform.

Das Marmorkuchenrezept kannst du natürlich variieren und daraus leckeren Stracciatellakuchen, Schokokuchen, Mandelkuchen und so weiter zaubern.

## Kastenform

Darin bäckst du stielechten Teekuchen oder einen Wiener Nusskuchen.

Ich backe zuhause in dieser Form auch immer mal wieder leckeres Körnerbrot.

## Madeleinesförmchen

Bewährt haben sich Silikonmatten mit Vertiefungen für Minimadeleines



## Muffinformen

Für die Rezepte im Buch brauchst du ein Muffinblech in normaler Größe mit zwölf Mulden und ein Muffinblech für Minimuffins mit 24 Mulden. Diese sollten einen Durchmesser von 3,5 Zentimetern am Boden und 4,5 Zentimetern am oberen Rand haben.

Außerdem solltest du verschieden große Papierförmchen zum Einlegen in die Mulden haben. So ersparst du dir das mühevoll Einfetten der Mulden und das nicht immer einfache Herauslösen der Muffins aus den Mulden. Zudem bleibt dein Muffinblech auf diese Weise sauber und du musst es nicht ständig mühevoll spülen.

## Springformen

Eine Springform mit einem Durchmesser von 26 Zentimetern und am besten zwei Springformen mit einem Durchmesser von je 18 Zentimetern solltest du dein Eigen nennen können.

## Quicheform

Eine Quicheform besteht aus Blech oder Silikon, hat einen Durchmesser von 24 Zentimetern und ist wenige Zentimeter hoch. Außerdem hat sie diesen hübsch gewellten Rand, der sie unverwechselbar macht.

Hast du keine Quicheform, kannst du natürlich auch mit deinem verstellbaren Tortenring oder einer Springform backen.

# Ein letztes Wort, bevor es losgeht

Vielleicht bist du ein alter Hase und hast schon viel Backerfahrung?! In diesem Fall hören sich für dich viele Arbeitsschritte wahrscheinlich ungewöhnlich an.

Das liegt vor allem daran, dass in den meisten Backrezepten schon seit je her alle Arbeitsschritte nahezu identisch erklärt werden und diese Erklärungen, beispielsweise für Mürbeteig, 1:1 auch für vegane Rezepte übernommen wurden. In der Praxis funktionieren diese Tipps nur bedingt, deshalb bekommst du hier in diesem Buch die einzelnen Zubereitungsschritte so beschrieben, wie ich sie einem Lehrling weitergeben würde, denn vor allem wünsche ich mir, dass diese leckeren Köstlichkeiten auch bei dir zuhause gelingen, und zwar besser und einfacher.

Denn warum alles kompliziert machen, wenn es doch viel einfacher geht? Oder bist du noch relativ unerfahren? Umso besser! Lass dich an die Hand nehmen und dir alles erklären.

Mein Anspruch an dieses Buch war und ist, dass alle Rezepte logisch und übersichtlich aufgebaut sind. Deshalb sind alle Zutaten auch in der Reihenfolge ihrer Verwendung aufgelistet.

Lies also die Rezepte bitte gründlich durch und schau lieber einmal zu viel als einmal zu wenig in die Zubereitungsschritte.

Vielleicht beginnst du zuerst mit den etwas einfacheren Sachen, wie Muffins, Cupcakes, Kuchen und auch den Rezepten mit Hefeteig.

So bekommst du auf jeden Fall mit der Zeit immer mehr Sicherheit beim Backen und damit automatisch mehr Zutrauen in deine eigenen Fähigkeiten. So gestärkt fällt es dir dann sicher auch leichter, dich an die Torten zu wagen.

Vielleicht flößen dir diese im ersten Moment noch Respekt ein, doch keine Sorge; Torten herzustellen ist wirklich kein Problem, wenn du dich an die Hand nehmen lässt und alle Tipps befolgst! Grundsätzliches, wie zum Beispiel die Zubereitung von Mürbeteig oder auch die Randgestaltung von Torten werden speziell an den Stellen im Buch erklärt, an denen Bedarf für diese Erklärungen besteht.

Im hinteren Teil des Buches warten auch noch etliche Tipps, Tricks und Erklärungen auf dich; schau doch gleich mal rein.

## ... und jetzt ran an den Backofen!

### Backofen vorheizen

Teige und Massen mit Backpulver bzw. Hefe reagieren sofort auf die Hitze im Backofen und fangen an, den sogenannten „Ofentrieb“ zu entwickeln. Die bindenden Teigzutaten binden aber erst ab einer bestimmten Temperatur ab. Ist diese nicht erreicht, weil der Backofen nicht, bzw. nur ungenügend vorgeheizt wurde, geht das Gebäck mit Backpulver zu lange unkontrolliert auf, um dann wieder in sich zusammenzufallen. Hefeg Gebäck indessen verbleibt zu lange im Backofen und trocknet dadurch unnötig aus.

❧ Tarte aux Bananes et Chocolat ❧



∞ Vanilleblaubeercupcakes ∞



∞ Müslis ∞



∞ Kirschkuchen ∞



# ❧ Johannisbeer-Streuselküchle ❧



∞ Bienchenstich ∞



∞ Sesamkringel ∞



# ∞ Gemüsequiche ∞

