

Vegane Erdbeertorte (1 Springform)

Zubereitungszeit: aktiv ca. 40 Minuten

Backzeit: 40 Minuten

Für den Mürbeteig:

200 g Dinkelmehl Type 630 oder Weizenmehl Type 405/ 550

60 g Rohrohrucker

1 Prise Salz

100 g vegane Butter

2 EL Sojamilch

3 EL Erdbeermarmelade

- 1) Die Butter in kleine Stückchen schneiden und mit den restlichen Zutaten für den Mürbeteig zu einem glatten Teig verkneten.
- 2) Die Springform mit etwas Butter fetten und den Mürbeteig gleichmäßig auf dem Boden verteilen. Mit einer Gabel mehrmals einstechen und im Ofen ca. 20 min bei 180° C Ober- Unterhitze (vorgeheizt) backen, bis er leicht zu bräunen beginnt. Aus dem Ofen holen und mit der Erdbeermarmelade bepinseln.

Für den Biskuit:

220 g Dinkelmehl Type 630 oder Weizenmehl Type 405/ 550

80 g Zucker

½ Pk. Backpulver

50 ml neutrales, hoch erhitzbares Öl

200 ml Sprudelwasser

- 1) Für den Biskuit die trockenen Zutaten in einer Schüssel verquirlen, dann die flüssigen Zutaten dazugeben und kurz (!) verrühren, bis nur noch ein paar kleine Klümpchen übrig sind.
- 2) Den Teig in die Springform auf den Mürbeteigboden geben und bei 180° C Ober- Unterhitze (vorgeheizt) ca. 30 min backen (Stäbchenprobe).
- 3) Während der Biskuit backt, die Erdbeeren vom Grün befreien und längs vierteln. Beiseitestellen.

Für den Pudding und Belag:

350 ml Soja- oder Mandeldrink

2 EL Zucker

1 Pk. Puddingpulver, Vanille (Alternativ: 30g Maisstärke, 25g Zucker, ½ TL gem. Vanille)

500 g Erdbeeren

1 Pk. Tortenguss, vegan (roten nach Packungsbeilage (mit 2 EL Zucker) zubereiten, oder klaren mit rotem Saft aufkochen (ohne zusätzlichen Zucker))

Gefördert durch



- 1) Dafür 80ml Pflanzendrink mit Puddingpulver und Zucker verrühren. Restlichen Pflanzendrink aufkochen. Puddingmischung unter Rühren hinzugeben.
- 2) Kurz aufkochen lassen und unter Rühren weiter köcheln lassen, bis er andickt.
- 3) Über dem Biskuit verteilen und direkt die Erdbeeren eindrücken.
- 4) Anschließend den Tortenguss nach Anleitung zubereiten. Dann ein paar Minuten abkühlen lassen und über die Erdbeeren gießen. Den Kuchen etwas abkühlen lassen und dann lauwarm in den Kühlschrank stellen.

Wie funktioniert dieses Rezept ohne Ei?

- Der klassische 1-2-3 Mürbeteig wird auch beim herkömmlichen Backen i.d.R. ohne Ei zubereitet. Wir verwenden hier lediglich statt der Butter aus Kuhmilch Pflanzenmargarine.
- Für die Bindung bei diesem Gebäck (Mürbe- und Biskuitteig) sorgt das Weizen- bzw. Dinkelmehl durch das Gluten (Getreideeiweiß).
- Die Lockerung bei dem Biskuitteig wird durch Backpulver und aber auch durch die Verwendung von Mineralwasser mit Kohlensäure erreicht. Durch die Kohlensäure wird der Teig noch luftiger und leichter.

Veganer Pudding

Ein kleiner Praxistipp von mir: Wenn man sich mit dem veganen Backen und Kochen beschäftigt, denkt man, einen veganen Pudding zuzubereiten sollte ein Leichtes sein. Und dann wird er einfach nicht fest.

Meine Erfahrung zeigt, dass die Verwendung von Soja- oder Mandeldrinks (mein Favorit) zu gelingsicheren Ergebnissen führt. Es gibt wohl Haferdrinks, die Enzyme enthalten, die dazu führen, dass der Pudding nicht fest wird.

Auch sollte man nicht einen Probierlöffel mit Speichelresten wieder in den Pudding geben, solange dieser nicht fest geworden ist.

Unter Beachtung dieser beiden Besonderheiten ist es ein Leichtes!

(Rezept von Blueberry Vegan)