



VegEgg - es geht auch ohne Ei!

Veganer Ei-Ersatz zum Backen, Kochen,
Binden, Gratinieren



Pfannkuchen-Türmchen

190 g Dinkelmehl
300 ml Reismilch
2 EL ARCHE VegEgg (15 g)
ARCHE Birnen Klax
Zimtzucker
Bratöl
Obst der Saison

Gemüsequiche

Für den Teig:

250 g Dinkelmehl
2 TL ARCHE Weinstein Backpulver
1 EL Wasser
125 g Pflanzenmargarine
1 EL ARCHE VegEgg (7,5 g)
½ TL Salz

Für den Belag:

500 g Grünen Spargel oder anderes Gemüse (wie Brokkoli oder Lauch)
200 ml Soja Cuisine
2 EL ARCHE VegEgg (15 g)
1 kleine Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer und Kräuter nach Belieben

Zitronen-Kuchen

Für den Teig:

400 g Weizenmehl
200 g Rohrzucker
2 EL ARCHE VegEgg (15 g)
200 ml Sojamilch
200 ml Rapsöl
1 Tüte ARCHE Vanillezucker
1 Tüte ARCHE Weinstein-Backpulver
Saft und Zitronenschale von 1 Zitrone
Fett für die Form
Puderzucker

VegEgg nach Packungsanleitung mit 60 ml Sprudelwasser verrühren. Die Reismilch und das Mehl nach und nach zugeben und gut durchrühren. Den Teig 1 Std. quellen lassen und in Öl von beiden Seiten goldbraun braten. Die Pfannkuchen jeweils dünn mit etwas Birnen Klax bestreichen, mit etwas Zimtzucker bestreuen und aufschichten. Mit Obst der Saison garnieren und warm servieren.

Die Springform fetten. Das Gemüse waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Grüner Spargel kann direkt verwendet werden, die anderen Gemüsesorten etwas dünsten. Den Knoblauch fein hacken und zum Gemüse geben. Für den Teig Ei-Ersatz nach Zubereitungshinweis mit 30 ml Sprudelwasser anrühren. Alle Zutaten für den Teig gut verkneten und 30 Min. kalt stellen. Den Teig mit einem ca. 2 cm hohen Rand in die Form drücken.

Für den Belag VegEgg mit 60 ml Sprudelwasser anrühren. Gemüse auf dem Teig verteilen. Soja Cuisine mit VegEgg verrühren und mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzig abschmecken. Über das Gemüse gießen und bei 160°C Umluft 40-45 Min. goldgelb backen.

ARCHE VegEgg mit 60 ml Wasser glatt rühren. Eine Kastenform einfetten. Mehl mit Weinstein Backpulver mischen. Übrige Zutaten mit dem angerührten VegEgg gut verrühren. Dann das Mehl esslöffelweise hinzufügen und mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Kuchen bei ca. 170°C etwa 50 Min. (Umluft) backen. Mit einem Holzstäbchen die Garprobe machen. Auskühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

Tipp: das Rezept ist ideal für Zitronen Muffins - Backzeit dann 25-30 Min.

Weitere Informationen und
Rezepte finden Sie unter
[www.arche-naturkueche.de!](http://www.arche-naturkueche.de)