



VegEgg und VegWhite - es geht auch ohne Ei!

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



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 Sojasahne
2 EL Arche VegEgg (15 g)
1 kleine Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer und Kräuter nach Belieben

Apfelkuchen mit Kokosbaiser

Für eine Springform 20 cm

Für den Teig:

150 g Dinkelmehl Type 630
1 TL Arche Weinstein Backpulver
50 g Rohrohrzucker
100 g kalte Pflanzenmargarine
Prise Salz

Für die Apfelfüllung:

4 mittelgroße Äpfel grob gerieben oder in
kleine Würfel geschnitten
2 Handvoll Kokoschips (ca. 30 g)

Für das Kokos-Baiser:

10g Arche VegWhite
50 ml Sprudelwasser
70 g Puderzucker
70 g Kokosflocken

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

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. Sojasahne 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.

Das Mehl mit dem Backpulver mischen und in eine Rührschüssel sieben. Zucker und Salz dazugeben und vermischen. Kalte Margarine in Flöckchen hinzufügen und alles mit dem Rührgerät mit Knethaken zum Streuselteig verarbeiten. Zum Schluss 2 EL kaltes Wasser dazugeben und alles kurz verkneten. Aus dem Teig eine Kugel formen, in eine Frischhaltefolie wickeln und für ca. 30 Min. kalt stellen. Die mit Backpapier ausgelegte Springform mit dem Teig auslegen und einen kleinen Rand hoch drücken. Den Kuchenboden mit einer Gabel an mehreren Stellen einstechen und bei 180°C (Ober-/Unterhitze) im vorgeheizten Backofen ca. 15 Min. backen (mittlere Schiene).

Für die Kokosbaiser-Haube Arche VegWhite mit Wasser in einem hohen Gefäß mit einem Handrührgerät auf höchster Stufe 5-10 Min steif schlagen. Den Puderzucker langsam einrieseln lassen, kurz weiterschlagen und danach die Kokosflocken unterheben. Die geriebenen oder in Würfel geschnittenen Äpfel gut ausdrücken, auf dem vorgebackenen Kuchenboden glatt streichen, mit Kokoschips bestreuen, darauf vorsichtig Baiser-Masse geben und im vorgeheizten Ofen bei ca. 160°C Umluft ca. 45 Min. backen. Aus dem Ofen rausnehmen, abkühlen lassen und alternativ mit Schokoglasur verzieren.