

# Kleine Donauwellen (vegan, glutenfrei & ohne Kristallzucker)



Nach

vielen ruhigen Wochen auf dem Blog melde ich mich zurück! Vor Weihnachten war unglaublich viel los, dazu wurde ich zwei Mal krank und startete an Weihnachten noch ziemlich verschnupft meine Reise nach Indien.

Die Ayurvedakur in Kerala, Südwestindien, war eine unglaublich tolle Erfahrung. Mein kleines Resort befand sich direkt am Meer, das Personal war ein Traum und alles war sehr familiär. Man wurde rundum verwöhnt, mit Massagen, Sonne, Fürsorge, gutem Essen...

Ich hoffe, ihr habt das neue Jahr ähnlich gut und entspannt begonnen und wünsche euch nur das Beste und ganz viele genussvolle Momente!



Leider war die Rückkehr nach 16 Tagen im kleinen Paradies echt bitter. Ich bin ja gar kein Wintermensch und hätte einfach noch bleiben können. Aber ich habe mir vorgenommen, nun öfter

im Winter in die Sonne abzuhauen.

Den arbeitsreichen, kalten Alltag versüße ich mir jetzt erstmal mit Kuchen. In Indien gab es als Dessert immer nur frischen Obstsalat (den ich sehr vermissen werde – allein die reife, süße Ananas!!), da träumten wir doch hin und wieder von Schokokuchen oder Pudding...

Deshalb gibt es heute einen meiner Lieblingskuchen, den ich trotzdem noch nicht gebloggt habe! Die Variante ist vegan, zuckerfrei (ich wollte schon lange mal Birkenzucker ausprobieren) und glutenfrei (dito für glutenfreies Mehl). Zudem finde ich Buttercreme immer sehr fettig, also habe ich einfach nur Pudding genommen, der dank Sahnearoma sehr sahnig schmeckt.

Trotz all dieser „Einschränkungen“ schmeckt der Kuchen fantastisch und man merkt überhaupt nicht, dass er vegan etc. ist! Der Teig ist wunderbar fluffig, der Pudding cremig und die Mandeln geben den Törtchen eine knackige, besondere Note. Man kann den Kuchen aber auch mit „normalem“ Mehl und Zucker backen. = )



Für ca. 8 Törtchen:

125 g vegane Margarine (Zimmertemperatur)  
150 g Birkenzucker

1 Prise Salz  
1/2 Tütchen Backpulver  
150 g glutenfreie Mehlmischung  
150 ml Reis- oder Hafermilch  
2 EL Kakao  
1 Glas Schattenmorellen\*, abgetropft  
  
1 Tüte Puddingpulver (Sahne Geschmack)  
3 EL Birkenzucker  
500 ml Hafermilch  
  
150 g Zartbitterschokolade/Kuvertüre  
1–2 Handvoll gehobelte Mandeln, geröstet

\* Die Kirschen sind natürlich gezuckert. Wenn man Kristallzucker völlig vermeiden möchte, sollte man frische oder tiefgekühlte Kirschen nehmen. Bei der Schokolade muss man ebenfalls schauen, wenn man Zucker strikt vermeiden will.

Den Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Einen Backrahmen von ca. 30×30 cm mit Backpapier auslegen.

Die Margarine mit dem Birkenzucker schaumig rühren, dann das mit Backpulver vermischtete Mehl und das Salz zufügen und mit der Milch zu einem glatten Teig verrühren. Die Hälfte davon in die Form geben und glatt streichen. Den Kakao in den übrigen Teig rühren und den dunklen Teig auf dem hellen verteilen. Mit einer Gabel Kreise ziehen, sodass die Teige sich leicht vermischen und ein Marmormuster entsteht. Die Oberfläche glatt streichen und die Kirschen darauf verteilen.

Den Kuchen ca. 30 Minuten backen, vollständig auskühlen lassen und dann in gleichmäßige Quadrate schneiden.

In der Zwischenzeit den Pudding nach Anleitung kochen und abkühlen lassen (im Winter geht das richtig schnell auf dem Balkon oder dem Fensterbrett). Entweder direkt nach dem Kochen eine Folie auf die Oberfläche legen, damit sich keine Haut bildet, oder die Haut danach vom Pudding entfernen.

Den kalten Pudding glatt rühren.

Die Kuvertüre/Schokolade im Wasserbad schmelzen.

Die Hälfte der abgekühlten Kuchenquadrate mit etwas Pudding bestreichen und jeweils ein weiteres Stück darauf setzen. Das obere Stück ebenfalls mit Pudding bestreichen und dann Schokolade darüber geben und verteilen. Die Schokolade darf gerne an den Seiten dekorativ herunter laufen.

Einige geröstete Mandelblättchen auf die Törtchen streuen und alles im Kühlschrank fest werden lassen.



Als nächstes werde ich hier vermutlich einen „indischen Salat“ bloggen, einen Rohkostsalat, den es in Indien immer mittags gab und der durch eine besondere Zutat zu unserem täglichen

Highlight wurde.

Habt ein genussvolles Wochenende!  
Eure Judith

---

## Festlich: Wintersalat mit Orange, Fenchel, Pilzen & Spezialdressing



Weihnachten rückt mit großen Schritten näher und schon jetzt wird bei uns sehr viel gefeiert. Ein Geburtstag reiht sich an den nächsten und ich komme dieses Jahr wohl nicht mehr groß zum Backen. Dafür hat Naschkater gestern gebacken. Falls ich noch

Zeit finde, seine Werke zu fotografieren, gibt es Magenbrot und unfassbar mürbe Anisplätzchen.

Ich habe heute mal wieder was Herzhaftes für euch. Und im Hinblick auf die Festtage, an denen man ja oft etwas Neues oder Besonderes zubereitet, möchte ich euch diesen bunten Wintersalat mit Orange, Fenchel, Pilzen und einem ganz besonderen Dressing nicht vorenthalten. Die Soße haben meine Ma und ich letztes Wochenende nach dem Rezept einer Freundin gemacht, als wir zu einer Feier einen Salat mitbringen sollten.



Die Zubereitung ist absolut simpel – man wirft alles in einen Becher und mixt es. Das Ergebnis ist eine köstliche, hocharomatische Soße, bei der keine Zutat vorschmeckt, die

einen Salat aber zu etwas ganz Besonderem macht.

Generell liebe ich es seit einigen Monaten, mir ganz fein Fenchel in den Salat zu schneiden. Im Herbst nehme ich auch gerne Apfelscheiben dazu, zurzeit stehen Orangen bei mir hoch im Kurs. Und Champignons sind sowieso fast immer dabei. Zusammen mit ein paar gerösteten Kernen, Nüssen oder Mandeln wird ein Salat so ganz schnell zu einer tollen Mahlzeit und einem Genuss für Augen und Gaumen!

**Für 2–3 Portionen:**

2 EL Rapsöl  
2 EL Condimento bianco  
1 TL grober, milder Senf  
1 Knoblauchzehe  
2 kleine oder 1 mittlere Zwiebel  
4 Kapernäpfel  
1 Schuss Ahornsirup oder Agavendicksaft  
Salz, Pfeffer

Wintersalate nach Belieben, zum Beispiel Endivien (in feine Streifen geschnitten), Chicorée, Feldsalat, ...

1–2 Champignons pro Person  
1–2 Orangen, filetiert  
 $\frac{1}{2}$  Kleiner Fenchel mit Grün  
geröstete Kerne, Nüsse, Mandeln (nach Belieben)

Für das Dressing alle Zutaten in einen Mixbecher geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Soße ist etwas dickflüssig, wodurch sie gut am Salat haftet. Am besten macht man den Salat jedoch einige Minuten vor dem Servieren an, mischt ihn mehrmals gut durch und gibt ihn dann auf die Teller.

Die Salate und den Fenchel waschen und trocknen, die Pilze putzen, die Orange filetieren. Den Fenchel in feine Scheiben schneiden oder hobeln, das Grün abzupfen.

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen, mit dem Dressing anmachen und die Kerne darüber streuen.

Wer Bedenken wegen der Kapern hat: Man schmeckt sie nicht heraus. Im Zweifel etwas weniger nehmen und nach dem Pürieren abschmecken. Wenn das Dressing noch etwas Würze verträgt, kann man noch einen Kapernapfel mehr dazugeben. Sowohl Senf als auch Kapern geben dem Dressing salzige Würze! Also erst einmal nicht so viel Salz zugeben und lieber nach dem Mixen abschmecken!



Wie verbringt ihr Weihnachten? Habt ihr spezielle Rituale und feste Gerichte, die ihr jedes Jahr kocht?  
Wir werden vermutlich – wie jedes Jahr – ein Flugtier in den

Ofen schieben, Knödel kochen und einen Salat dazu machen.  
Dieses Jahr aber vielleicht mit Extras... =)

Habt eine zauberhafte letzte Adventswoche!

Eure Judith

---

## Klassiker im Advent: Spritzgebäck



Hier war es mal wieder sehr ruhig, vor allem für die Weihnachtszeit, in der ich normalerweise sehr viel backe. Aber nach einem arbeitsreichen Jahr ohne viel Urlaub und Pausen haben Naschkater und ich eine Woche in Innsbruck verbracht und es uns gut gehen lassen. Am Rückreisetag hat

mich dann eine Erkältung erwischt und ich lag erstmal flach. Nach etwa einer Woche bin ich aber zum Glück schon wieder fit und konnte endlich mal wieder backen.

Spritzgebäck ist für mich ja ein absoluter Klassiker und ich liebe es. Als ich vorgestern meinen Pa fragte, ob ich ihnen Plätzchen backen sollte, kam wie aus der Pistole geschossen die Antwort. Und ich war recht fassungslos, als ich feststellte, dass ich noch nie Spritzgebäck gebloggt habe! Dabei war es schon oft Teil meiner Weihnachtsbäckerei!

Nun wird das nachgeholt. Das Rezept habe ich bei lykkelig geklaut und finde es absolut super! Der Teig war wunderbar weich und ließ sich einwandfrei spritzen und die Plätzchen sind mürbe und aromatisch.



Für 2-3 Bleche:  
200 g weiche Butter  
100 g Puderzucker

1 Päckchen Vanillezucker  
3 Eigelb  
1 EL Zitronensaft  
300 g Mehl  
100-200 g Zartbitterkuvertüre zum Eintauchen

Butter in einer Rührschüssel mit dem Mixer ca. 2 Minuten cremig schlagen. Nach und nach Zucker, Vanillezucker, Eigelb und Zitronensaft hinzufügen, bis eine gebundene Masse entsteht. Das Mehl kurz auf mittlerer Stufe untermischen.  
Den Teig in kleinen Portionen in einen Spritzbeutel mit Sterntülle (Durchmesser 9mm) füllen und nach Belieben Kränze, Stangen, S-Formen, Herzen etc. auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech spritzen. (Ich hatte nur eine dünne Sterntülle und habe deswegen in Schwüngen breitere Streifen gespritzt, damit die Plätzchen nicht zu zart und dünn werden.)  
Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Ober-/Unterhitze ca. 11 Minuten backen.

Spritzgebäck mit dem Backpapier vom Blech ziehen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

Kuvertüre zerkleinern und im Wasserbad schmelzen. Die Enden der Plätzchen hinein tauchen und die Schokolade hart werden lassen. Die Kekse in luftdicht schließende Dosen packen.



Ich wünsche euch eine besinnliche Adventszeit! Macht es euch gemütlich, genießt mit lieben Menschen schöne Momente und leckeres Gebäck und freut euch am Reichtum des Lebens!

Eure Judith

---

## Aniskipferl



Mein Naschkater ist ganz verrückt nach Anis und wollte unbedingt Weihnachtsplätzchen mit diesem Gewürz haben. Also duftet heute unsere Wohnung nach Anis und zum Kaffee gab es die erste Kostprobe dieser wunderbar zarten Kipferl mit fantastischem Aroma.

Wer keine ganzen Anissamen hat, kann sicher auch gemahlene Anis nehmen, aber ich finde, die aromatisierte Butter, die zudem beim zweimaligen Zerlassen ganz leicht bräunt, macht das Ganze noch raffinierter.



In einer Woche beginnt hier der Weihnachtsmarkt und ich kann es ehrlich gesagt noch immer nicht fassen, dass die Weihnachtszeit schon wieder vor der Tür steht. Geht es euch

auch so? Das Jahr ging rasant schnell vorüber und war, wie man hier an den größeren Abständen der Beiträge erkennen konnte, sehr arbeitsintensiv.

Dafür freuen Naschkater und ich uns jetzt auf eine Woche Entspannung in einem schönen Hotel mit Wellnessbereich und sicherlich gutem Essen in Innsbruck. Wundert euch also nicht, wenn ich kommendes Wochenende nicht zum Bloggen komme. =)

Wenn jemand Insidertipps für Innsbruck hat, freue ich mich über einen Kommentar unter diesem Beitrag!

### Für 50-75 Stück:

300 g Mehl  
200 g Butter  
100 g Puderzucker  
150 g gemahlene Mandeln  
2 Eigelb  
3 TL Anissamen  
(Puderzucker zum Bestäuben)

Die Butter am besten am Vortag aromatisieren. Dafür die gesamte Butter zerlassen und die Anissamen hineingeben. Abgedeckt über Nacht bei Raumtemperatur stehen lassen. Am nächsten Tag noch einmal schmelzen und durch ein Sieb geben, um die Samen herauszufiltern. Die Butter abkühlen und etwas fester werden lassen.

Alle Zutaten in eine Schüssel wiegen, die weiche Butter dazugeben und alles zu einem Teig verkneten. Den Teig zu einer Rolle von 3-4 cm Durchmesser formen und diese 1 Stunde in den Kühlschrank legen.

Den Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und 2 Bleche mit Backpapier belegen.

Den Teig aus der Kühlung nehmen und die Rolle in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Daraus Kipferl formen und auf die Bleche legen.

Im vorgeheizten Ofen ca. 10-12 Minuten backen, bis sie leicht goldbraun werden. Noch warm mit Puderzucker bestäuben.



Habt eine schöne und genussvolle Woche, ihr Lieben!  
Eure Judith

PS: Die Eiweiße habe ich zu Makronen verarbeitet. [Zimtsterne](#) oder diese [Mozart-Makronen](#) gehen natürlich auch. =)

---

## Ein Hauch von Weihnachten: Italienische Bicciolani



Zwar ist es seit gestern hier wieder richtig mild und man hat überhaupt nicht das Gefühl, dass der Winter, geschweige denn Weihnachten vor der Tür steht. Aber trotzdem hatte ich gestern Lust, die ersten Plätzchen zu backen. Meist werde ich dann nämlich von Weihnachten so „überrascht“ und fange erst im Dezember an zu backen.

Diese Gewürzkekse stammen aus dem Buch „[Osteria](#)“, das ich

dieses Jahr übersetzt habe. Den Teig habe ich gestern Abend gemacht und heute musste ich die Kekse nur noch ausstechen und in den Ofen schieben.

Da ich Koriander nicht mag und weißen Pfeffer nicht da habe, sind einfach die Gewürze im Teig gelandet, die vorhanden waren. Das waren Zimt, Piment und chinesisches 5-Gewürz-Pulver, das ich gerade sehr gerne mag und auch sehr weihnachtlich finde. Akazienhonig hatte ich auch nicht, dafür habe ich cremigen Honig leicht erwärmt, damit er flüssiger



wird.

Im Rezept steht, diese Kekse sollten binnen einer Woche gegessen werden, da sie mit der Zeit ihr Aroma verlieren. Ich

habe nur die halbe Menge gebacken und bin sicher, dass kein Keks die nächste Woche erleben wird. Die Bicciolani sind unfassbar mürbe und sehr aromatisch. Wer winterliche Gewürze mag, wird sie lieben!

Statt wie beschrieben Streifen zu schneiden, habe ich einen Ausstecher benutzt, weil ich mein Teigrädchen irgendwie nicht finden konnte. Ihr könnt ihnen aber natürlich auch die typische Form verleihen.

**Für ca. 70 Kekse:**

4 Eigelb

200 g Zucker

300 g weiche Butter plus etwas mehr für die Bleche

150 g Akazienhonig

Etwas Mark einer Vanille

400 g Weizenmehl *tipo 00* (oder Type 405) plus etwas mehr für die Bleche

100 g Kartoffelstärke

1 Prise Nelkenpfeffer (Piment)

1 Prise gemahlene Muskatblüte

1 Prise gemahlener Koriander

1 Prise frisch geriebene Muskatnuss

1 TL gemahlener Zimt

1 Prise frisch gemahlener weißer Pfeffer

1 Prise Salz

Die Eigelbe mit dem Zucker und der Butter aufschlagen, bis die Masse hell-schaumig ist. Den Honig und das Vanillemark einrühren. In einer Schüssel das Mehl mit der Stärke, den Gewürzen und dem Salz vermischen und mit der Eiermischung zu einem Teig verkneten. Den Teig im Kühlschrank 24 Stunden ruhen lassen.

Den Ofen auf 150 °C vorheizen. Bleche mit Butter einfetten und mit Mehl bestreuen. Den Teig kurz kneten, dann 0,5 cm dick ausrollen und mit einem Messer oder Teigrädchen in 7–8 cm lange und 3 cm breite Streifen schneiden. Mit einer Gabel der Länge nach Rillen in die Kekse drücken. Die Kekse mit einigen

Zentimetern Abstand auf die Bleche legen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen, bis sie knusprig sind.



Die Eiweiße habe ich mit dem Teig in den Kühlschrank gestellt

und heute zu schnellem [Zimtgebäck](#) verarbeitet. Für Sterne hatte ich keine Geduld, also habe ich den Teig zu einem langen Rechteck geformt und Scheiben abgeschnitten, die ich mit dem Eischnee bestrichen habe. Optisch nicht ganz so zauberhaft wie Sterne, aber genauso lecker schmecken sie trotzdem.

Habt einen genussvollen Sonntag!  
Eure Judith