

Erdbeer-Schoko-Torte (vegan)



Diese Torte habe ich in dieser Erdbeersaison sage und schreibe drei Mal gebacken. Das erste Mal war sie eine Improvisation für den Geburtstag einer Freundin, das zweite Mal gab es eine Variante als Muttertagskuchen und letztes Wochenende habe ich dann die endgültige (und vegane) Version für Naschkater und mich gebacken.

Für die ersten beiden Versionen hatte ich meinen [Brownie-Teig](#) abgewandelt. Diesmal habe ich einen Schokoteig aus „Sweet vegan“ von Emily Mainquist ausprobiert, den ich aber natürlich auch wieder abgewandelt habe.

Im Prinzip ist die Torte ein Schokokuchen (beziehungsweise zwei Böden) mit Erdbeerfüllung, Kuvertüre und Erdbeeren als Deko. Einfach, aber macht was her, finde ich. Und mal ehrlich, wer kann bei Schokolade und Erdbeeren nein sagen? ;)



Das Rezept ist für zwei Springformen mit 18–20 cm Durchmesser.

Ich hatte zwei unterschiedliche, und habe aus der Not eine Tugend gemacht, indem ich die Stufe ebenfalls mit Mandelblättchen dekoriert habe. Wenn ihr zwei gleich große Böden habt, könnt ihr zum Beispiel den Rand oder einen Teil davon mit den Mandeln garnieren.

Für 1 kleine Torte:

230 g Dinkelmehl 1050

50 g Kakao, gesiebt

100 g Kokosblütenzucker

50 g Rohrzucker

2 TL Natron

1 TL Backpulver

1 gestr. TL Salz

240 ml starker Kaffee, abgekühlt

220 ml Pflanzendrink

1 EL Apfelessig

100 g zerlassene Margarine, abgekühlt aber noch flüssig

1 LSE (Leinsamenei = 1 EL Leinsamen + 3 EL Wasser, eingeweicht und püriert)

2–3 EL Erdbeerkonfitüre

Ca. 10 Erdbeeren, in dünne Scheiben geschnitten

Ca. 10 mittelgroße Erdbeeren, gut abgetrocknet

200 g Zartbitterkuvertüre

Mandelblättchen zum Garnieren

Die zwei Springformen einfetten und mit Mehl austreuen.

Die trockenen Zutaten in eine Schüssel wiegen und gut vermischen. Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Die flüssigen Zutaten verrühren und dann mit dem LSE zu den trockenen Zutaten geben. Mit dem Handmixer kurz zu einem homogenen und sehr flüssigen Teig verrühren.

Den Teig auf die beiden Formen verteilen und ca. 30 Minuten backen, bis ein eingestochenes Holzstäbchen sauber heraus kommt.

Die Kuvertüre in einer Schüssel (am besten Metall) in den heißen Backofen stellen und schmelzen lassen (alternativ im

Wasserbad zerlassen).

Die Böden 10 Minuten in den Formen abkühlen lassen, dann herausnehmen und auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen. Einen Boden auf eine Platte legen, mit der Erdbeerkonfitüre bestreichen und dicht mit den Erdbeerscheiben belegen. Dann etwas zerlassene Kuvertüre darüber träufeln und den zweiten Boden aufsetzen. Die Torte seitlich und oben mit Kuvertüre bestreichen, dann die Erdbeeren in die Schokolade tauchen und kreisförmig außen auf die Torte setzen.

Nach Belieben die Mitte und die Seite der Torte mit Mandelblättchen verzieren. Im Kühlschrank fest werden lassen und dann genießen.



Mit dem Juni ist ja nun auch endlich das milde Frühjahrs Wetter

mit Sonnenschein bei uns angekommen. Ich hoffe, ihr genießt beides genauso sehr wie ich und lasst euch dazu ein schönes Stück Erdbeerkuchen (oder Torte? ;)) schmecken!

Habt eine genussvolle Zeit,
eure

Judith



Knusprige Hafer-Cranberry-Kekse



Diese
s Wochenende gibt es eine knusprige Nascherei. Ich habe meine [Choco-Chunk-Cookies](#) abgewandelt und Hafer-Cranberry-Kekse gebacken. Durch die Haferflocken zusätzlich zum (frisch gemahlenen) Vollkornmehl bekommen sie noch mehr Biss und die süß-säuerlichen Cranberries passen super dazu!

Außerdem sind sie wirklich schnell gemacht und einfach abzuwandeln, wenn ihr Lust auf andere Trockenfrüchte oder zum Beispiel Gewürze habt. Ich habe sie direkt zwei Mal gebacken diese Woche, weil sie so schnell aufgefuttert waren. Beim ersten Mal hatte ich noch einen Rest weiße Schokolade gehackt

und dazugegeben, die musste mal weg. Das schmeckte klasse,
aber dann kann man noch mal 10-20 g Zucker reduzieren.



Für ca. 35 Stück:

120 g Margarine
100 g Zucker
2 Leinsameneier *
180 g Dinkel-Vollkornmehl
1 TL Backpulver
70 g feine Haferflocken
100 g getrocknete Cranberries, gehackt
* (2 EL Leinsamen + 6 EL Wasser > cremig püriert)

Margarine, Zucker und Leinsameneier cremig rühren. Dinkel-Vollkornmehl und Backpulver in eine Schüssel wiegen, die Haferflocken untermischen und alles unter die Fett-Zucker-Mischung rühren. Zum Schluss die gehackten Cranberries einrühren.

Zwei Bleche mit Backpapier belegen und den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Mit einem Esslöffel Portionen (ca. $\frac{1}{2}$ EL) abnehmen und mit den Händen Teigkugeln rollen. Die Kugeln mit etwas Abstand aufs Blech legen und sehr flach drücken.

Die Kekse ca. 12 Minuten backen und auf den Blechen auskühlen lassen, da sie heiß noch sehr weich sind.



Wir sind gerade ein bisschen süchtig nach diesen kleinen Naschereien, egal ob zum Nachmittagskaffee oder als Mini-

Nachtisch bei der Arbeit.

Ich hoffe, euch schmecken die Hafer-Cranberry-Kekse genauso gut und wünsche euch ein genussvolles Wochenende!

Eure Judith

Rhabarber-Sterne mit Zitronen-Tonka-Quark



Seit letztem Jahr versuchen Naschkater und ich, die hiesige Gastronomie zu unterstützen. Mindestens einmal die Woche holen wir etwas zu essen bei einem unserer Lieblingsrestaurants. Was mich allerdings bei To-Go und Lieferdiensten schon vor dieser Krisenzeit abgeschreckt hat, war der enorme Müllberg, der dabei entsteht und der mir immer ein ökologisch schlechtes

Gewissen gemacht hat.

Neulich entdeckte ich zu meiner großen Freude, dass mehrere Restaurants in Freiburg schon ein Pfandsystem nutzen. Man leiht beim Abholen Behälter aus und gibt sie wieder ab. Das wird über eine App abgewickelt. Mittlerweile gibt es, glaube ich, sogar mehrere solcher Pfandsysteme, also schaut bei Interesse mal nach oder fragt bei euren Restaurants nach, ob sie Pfandbehälter haben oder auch in eigene Behälter abfüllen! Ich finde, in dieser Zeit ist es umso dringender, dass sich in dieser Hinsicht ganz viel bewegt und ein Bewusstsein entsteht. Was denkt ihr darüber?



Ich hatte also 2 Pfandbehälter bei einem Restaurant abgegeben und direkt noch mal eine leckere Spargel-Bowl mitgenommen, als

ich auf dem Rückweg den kleinen Bio-Marktstand entdeckte. Da ich noch backen wollte, erstand ich gleich mal frischen Rhabarber.

Nach einem kurzen Einkauf im Supermarkt entstanden dann diese hübschen Rhabarber-Sterne. Sie sind wirklich schnell im Ofen und machen ganz schön was her, findet ihr nicht auch?

Für ca. 12 Stück:

500 g Rhabarber

2 EL Rohrzucker

—

250 g Quark (Halbfettstufe)

3 gestr. EL Rohrzucker

Abrieb 1/3 Bio-Zitrone

Tonkabohne, gemahlen (ca. 1/3 Bohne)

—

2 Packungen Blätterteig (à ca. 240 g)

Agavendicksaft oder Ahornsirup als Glasur

Den Rhabarber waschen, die Enden abschneiden und die Stangen dann schräg in Rauten schneiden. Die Stücke mit dem Zucker bestreuen und eine Weile stehen lassen.

Den Quark mit Zucker, Zitronenabrieb und Tonkabohne verrühren. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen. Zwei Bleche mit Backpapier belegen und bereit stellen.

Den Ofen vorheizen und die Teigbahnen aufrollen. Mit einer runden Form von 11 cm Durchmesser Kreise ausstechen und diese auf die Bleche legen. Dann den Quark auf die Kreise verteilen (jeweils 1 Klecks mit dem Esslöffel) und etwas verstreichen, dabei aber einen breiten Rand freilassen.

Die Rhabarber-Rauten sternförmig auf den Quarkkreis legen und den freien Rand zwischen den Rhabarber-Spitzen nach innen klappen und leicht zusammendrücken, sodass eine Art Sternform entsteht.

Die Rhabarber-Sterne im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen, bis der Rand goldbraun und der Rhabarber weich ist. Auf einem Gitter abkühlen lassen und dabei die Rhabarber-

Stücke mit etwas Dicksaft oder Sirup bepinseln, damit sie schön glänzen.



Habt ihr auch schon den ersten Rhabarberkuchen gebacken? Oder gehört ihr zu den Menschen, die ihn gar nicht mögen?

Alle Fans finden hier unter dem Suchwort Rhabarber noch einige andere Rhabarber-Rezepte auf dem Blog. Vielleicht stöbert ihr ja mal im Archiv. =)

Ich wünsche euch allen ein sonniges und und genussvolles Wochenende!

Eure

Judith



Heidelbeer-Schnitten mit weißer Schokolade



Diese Heidelbeer-Schnitten habe ich diese Woche zum zweiten Mal gebacken. Das erste Mal waren sie zu schnell aufgefressen. Und sonderlich fotogen fand ich sie auch nicht. Zwei gute Gründe also, sie noch einmal zu backen und gleich noch ein bisschen zu optimieren.

Beim zweiten Mal habe ich einen Teil Vollkornmehl plus Haferflocken genommen, damit der Boden etwas kerniger wird, denn nur mit Weißmehl und durch die weiße Schokolade war er etwas speckig. Außerdem kamen der Guss und die Deko aus Schokolade dazu. Diese Version schmeckte uns dann sogar noch besser. Auch diese Portion wird das Wochenende wohl nicht überleben...



Meine
Schnitten sind sehr flach geworden, deshalb hab ich die Angabe

für den Backrahmen direkt ein wenig verkleinert. Wenn ihr einen eher hohen Kuchen haben wollt, nehmt eine noch kleinere Form (ca. 20×20 cm oder auch eine kleine runde Springform).

Für ein kleines Blech (ca. 20×25 cm):

100 g Dinkelmehl 1050
100 g Dinkelvollkornmehl (am besten frisch gemahlen)
80 g feine Haferflocken
2 gestr. TL Backpulver
2 LSE *
120 g Margarine
120 g Rohrzucker
200 ml Wasser oder Pflanzendrink
100 g weiße Schokolade, gehackt **
100 g TK-Heidelbeeren

Guss:

60 g Heidelbeeren
250 g Hafer-Joghurt
10 g Zucker
10 g Stärke

Deko:

100 g weiße Schokolade

* (2 gestr. EL Leinsamen + 6 EL Wasser > quellen und pürieren)

** Mit veganer weißer Schokolade ist der Kuchen vegan!
Natürlich kann man auch Butter und Milch nehmen, wenn der Kuchen so schon zu vegan ist. ;)

Beide Mehle, die Haferflocken und das Backpulver mischen und dann die gehackte Schokolade dazugeben.

Margarine und Zucker mit dem Schneebesen oder dem Handmixer kurz cremig rühren, dann das Leinsamenei (LSE) unterrühren. Das Mehl und die Flüssigkeit in zwei Portionen zufügen und alles zu einem homogenen Teig verrühren.

Den Ofen auf 170 °C Umluft vorheizen. Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte rechteckige Form füllen.

Die Zutaten für den Guss pürieren und darübergießen. Die Schnitten ca. 40 Minuten backen und dann abkühlen lassen.

Die weiße Schokolade schmelzen und die Schnitten damit
verzieren. Sobald sie fest ist, Stücke in beliebiger Form und
Größe schneiden.



Habt einen genussvollen Sonntag und eine entspannte Woche und

baut euch immer wieder kleine Genuss-Momente ein, die Kraft geben!

Alles Liebe, eure Judith

Karotten-Donuts mit Friskäse & Karamellwalnüssen



Ostern steht vor der Tür, die Natur blüht auf und auf den Blogs und in den Social Medias tauchen überall Hefezöpfe und Karottenkuchen auf. Karottenkuchen liebe ich ja sehr, backe ihn aber sehr selten. Ich hatte mir gerade vorgenommen, eine neue Variante auszuprobieren...
...als ich diese Woche das erste Mal seit einer Ewigkeit mal

wieder im schwedischen Einrichtungshaus eine Zimtschnecke mitnahm. So einen kleinen (leider nur beruflichen) Shoppingausflug für die Firma muss man ja ausnutzen! Ich mochte die Schnecke überraschend gern: eine deutliche Kardamomnote, viel Zimt und nicht ganz so süß wie andere Teile vom Bäcker oft sind.

Da kam mir die Idee, eine Zimtschnecke mit Karottenkuchen zu kreuzen.



Wenig später waren diese Karotten-Donuts mit Zimt und Kardamom

geboren, die dann noch ein hübsches Topping in Form von Frischkäse und Karamellwalnüssen bekamen.

Naschkater war begeistert, die Donuts waren in Rekordzeit aufgefuttern und ich werde sie vermutlich am Wochenende gleich nochmal backen. Ich hoffe, euch schmecken sie auch so gut wie uns!

Ihr könnt natürlich auch eine Muffinform benutzen und Cupcakes machen, aber ich fand, dass Donuts mal was anderes sind und außerdem kann man sie auf der Osterkaffeetafel auf einen Teller setzen und das Loch in der Mitte als „Eierbecher“ verwenden. =)



Für 8–10 Donuts:
250 g Dinkelmehl 1050

100 g Zucker
2 gestr. TL Backpulver
1 geh. TL Zimt
 $\frac{1}{2}$ TL Kardamom, gemahlen
(oder Samen von 3 Kardamomkapseln, frisch gemahlen)
120 g Karotte, gerieben
10 g Nussöl (alternativ anderes Öl oder 50 g Margarine)
40 g Margarine
150 g Hafergurt/Joghurt
100 ml Pflanzendrink/Milch

150 g Frischkäse
3 EL Zucker
3 EL Walnusshälften, gehackt

Die trockenen Zutaten in eine Schüssel wiegen und vermischen. Die Karottenraspeln untermischen. Dann die nassen Zutaten dazugeben und mit dem Handmixer zu einem glatten Teig rühren. Die Mulden der Donutform fetten und den Ofen auf 180 °C vorheizen.

Den Teig in einen Einmalspritzbeutel füllen und in die Donutmulden verteilen. Nicht zu viel Teig hineingeben, denn er geht ja noch auf – halb voll reicht aus. Die Donuts 15–20 Minuten backen und dann abkühlen lassen.

Den Frischkäse cremig rühren (wer mag, gibt einen Spritzer Zitronensaft oder etwas Zeste dran) und in einen Spritzbeutel mit flacher Tülle füllen. Den Frischkäse dünn auf die abgekühlten Donuts spritzen.

Den Zucker in einer beschichteten Pfanne schmelzen lassen, dann die gehackten Nüsse hineingeben, umrühren und abkühlen lassen. Die karamellisierten Nüsse dann auf dem Frischkäse verteilen.



Habt ein genussvolles Wochenende und kostet jeden Sonnenstrahl

aus!

Eure Judith