

• Anders backen

Vegane Leckereien aus dem Ofen



vegan

Apfel-Marzipan-Kuchen

Für 16 Stücke | ca. 20 Min. + 1 Std. 20 Min. Backzeit
pro Stück: 1.059 kJ; 253 kcal; 3 g E; 13 g F; 31 g KH

150 ml Sojadrink	½ TL Zimt	Außerdem
100 g Marzipan- rohmasse	1 Prise Salz	1 TL Margarine
325 g Mehl	200 g zimmerwarme Margarine	1–2 EL Paniermehl für die Form
1 Pck. Backpulver	1 mittelgroßer Apfel, frisch gerieben	Puderzucker zum Bestäuben
200 g Zucker		

1. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Gugelhupfform (Ø 21 cm) einfetten und mit Paniermehl austreuen.
2. Sojadrink in einem kleinen Topf erwärmen, vom Herd nehmen und das Marzipan darin auflösen.
3. Mehl, Backpulver, Zucker, Zimt und Salz in einer Rührschüssel mischen. Mit einem elektrischen Handrührgerät Margarine und Marzipan-Sojadrink einarbeiten. Den geriebenen Apfel zügig unter den Teig heben.
4. Den Teig in die Backform einfüllen und den Kuchen bei 180 °C auf der mittleren Schiene etwa 50 Min. backen. Die Form mit Backpapier abdecken und die Temperatur auf 200 °C erhöhen; weitere 25–30 Min. backen.
5. Gugelhupf aus dem Ofen nehmen und in der Form 45 Min. abkühlen lassen. Stürzen und vollständig auskühlen lassen. Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

vegan

Zitronenkuchen

Für 12 Stücke | ca. 15 Min. + 45 Min. Backzeit
pro Stück: 812 kJ; 194 kcal; 2 g E; 6 g F; 33 g KH

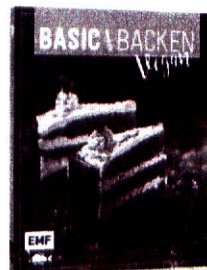
220 g Mehl	1 unbehandelten Zitrone
60 g Speisestärke	Für den Zuckerguss
2 leicht gehäufte TL Backpulver	50 g Puderzucker
130 g Zucker	1 ½ EL frisch gepresster Zitronensaft
1 Prise Salz	Außerdem
180 ml Mineralwasser	1 TL Margarine
3 EL Zitronensaft	1–2 EL Paniermehl für die Form
4 EL Rapsöl	
abgeriebene Schale von	

1. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Eine Kastenform (ca. 20 × 10 cm) einfetten und mit Paniermehl austreuen.
2. Mehl, Stärke, Backpulver, Zucker und Salz in einer Rührschüssel mischen. Unter ständigem Rühren nach und nach Mineralwasser, Zitronensaft und Öl zugießen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Zum Schluss die Zitronenschale unterheben.
3. Teig in die Form füllen und bei 180 °C 45 Min. backen. Kuchen aus dem Ofen nehmen, in der Form abkühlen lassen, dann stürzen und vollständig auskühlen lassen.
4. Für den Guss Puderzucker sieben und mit Zitronensaft glatt rühren. Von innen nach außen auf dem Kuchen verteilen.



BUCHTIPP

Basic Backen Vegan



Verschiedene Autoren

Kuchen ohne Ei und Butter sind genauso
lecker wie die altbekannten Varianten.

96 Seiten | 7,99 € | Edition Michael Fischer

ONLINE BESTELLEN:

WWW.GESUNDBUCHSHOP.DE