

Schokolade **Glutenfrei** u **Vegan**

Hinweis I

Rezepte wo nur das Datum steht, sind von mir an diesem Tag getestet + oder auch selber zusammen gestellt worden.
Nur diejenigen die auch was geworden sind, erscheinen hier.

Bitte bedenkt

Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse + Hülsenfrüchte erst kurz vor dem Gebrauch mahle, hat es eine andere Bindekraft (+ auch Geschmack).

Wenn Ihr dagegen mit gekauften Mehlen arbeitet, **kann**, muss aber nicht, das Ihr zu anderen Ergebnissen kommt, als hier beschrieben.

Hinweis **Margarine**

Es gibt auch Margarine die Laktosefrei ist, in fast jedem Discounter, ich verwende hier Deli Reformmargarine, das Original.

Index nicht aktiv

70 %	2
85 %	7
Kakao.....	21

Inhaltsverzeichnis

Schokolade Glutenfrei u Vegan	1
Hinweis I	1
Bitte bedenkt	1
Hinweis Margarine	1
Index nicht aktiv.....	1
Inhaltsverzeichnis	1
70 %	2
Mango Kuchen o Mango Nougat Torte F Vegan	2

Nougatcreme IV F Vegan	3
Marmor Nougat Kuchen Jangel`skij F Vegan	5
Milch (Mais) Suppe Schokolade F Vegan	6
85 %	7
Ingwer Vanille Kuchen F Vegan	7
Kaffeekuchen IV F Vegan	9
Kaffeekuchen, saftiger F Vegan.....	10
Kaffeeguss Vegan	11
Schokoladenguss Vegan.....	12
Mohnkuchen XII Vegan.....	12
Orangen Kuchen F Vegan	13
Schokoladen Kuchen II F Vegan.....	14
Schokoladen Kuchen III F Vegan	15
Schokoladen Kuchen VIII, saftiger F Vegan	17
Schokoladenkuchen XIII F Vegan	18
Tofu Erdnusskuchen F Vegan	19
Kakao.....	21
Bam Schokoladen Kuchen F Vegan.....	21
Veränderung I F Vegan	22
Veränderung II F Vegan.....	23
Schokoladen Kuchen I Vegan.....	23
Schokoladen Sand Kuchen F Vegan	24
Bitte bedenkt	25
Hinweis F	26
Hinweis.....	26
Hinweis Vegan	26

70 %

Mango Kuchen o Mango Nougat Torte F Vegan

Glutenfrei + Eifrei + Milchfrei





Boden:

400 ml Wasser
200 g Kokosnuss geraspelt
200 ml Wasser
40 g Speisestärke
1 Prise Salz + Vollrohrzucker

Füllung:

4 Mango geraspelt = 1 Liter ca
2 Lorbeerblätter
4 Gewürznelken
300 ml guten trockenen Weißwein
100 ml guten trockenen Weißwein
3 gut gehäufte El Speisestärke

Belag:

Nougatcreme I V F Vegan
Glutenfrei u Vegan u Nussfrei

Doppelte Menge



200 g Erdnüsse blanchiert

2 EL Margarine zerlassen
100 g Puderzucker
100-200 ml Wasser
50 g Kakao
0,5 TL Vanillepulver
0,5 TL Zimt
1 Prise Salz

wer will noch 2 TL Kaffee gem

Zubereitung:

Erdnüsse in einer trocknen Pfanne rösten, abkühlen, fein mahlen, mit Zucker, Kakao, Zimt und Vanillepulver gut verrühren lassen, Margarine und Wasser langsam dazu geben, sollte eine zähe Masse ergeben

glutenfrei + eifrei

Zutaten für Portionen

200 g Palmfett, kein Soft , Kokosfett
100 g Puderzucker
100 g Schokolade, geriebene, bitter 70 %
4 EL Mandel(n), sehr fein geriebene ohne Schale
4 EL Haselnüsse, geröstete, sehr fein geriebene
4 EL Obstler,
4 EL Kaffee, türkischen, gemahlen

Boden Zubereitung.

400 ml Wasser zum kochen bringen, 200 g Kokosnuss einstreuen, kochen lassen bis es leicht duftet.

Das in 200 ml Wasser aufgelöste Mondamin dazu + ca 120 sek rührend kochen lassen, muss andicken.

Alles in eine 26 cm mit Backpapier ausgelegte Ringform geben, glattstreichen.

Füllung:

Mangos schälen + grob raspeln, sollten wenigsten ca 1 Liter Masse ergeben, lieber etwas mehr.

Mit Nelken + Lorbeerblätter sowie Salz + Zucker + 300 ml Weißwein zum kochen bringen,

Das in 100 ml Wein aufgelöste Mondamin dazu + ca 120 sek rührend kochen lassen, dickt schnell, + auf den Kokosboden gießen, glattstreichen + in den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft ca 40 min backen, abkühlen lassen.

Zubereitung

Alle Zutaten in das flüssige Palmin geben, gut verrühren.

Den Kuchen aus der Ringform nehmen, aber auf dem Backpapier/ Boden belassen, auf die Außenseite des Kuchens, versuchen das Nougat anzubringen, ist mir zwar nicht gelungen, ein klein wenig vielleicht, so habe ich auf dem Backpapier am Kuchen Nougat verteilt, + den Kuchen samt Boden + Backpapier wieder in die Ringform gestellt, + hoffe, dass es beim Erstarren dann am Kuchen haften bleibt,

Jetzt den Kuchendeckel mit Nougatmasse einstreichen, versuchen ein wenig am Rand noch auf zu füllen.

+ über Nacht erstarren lassen.

ca 90 min vor dem servieren aus dem Kühlschrank holen, + vorsichtig das Backpapier entfernen.

Nachtrag:

Habe mit Absicht nirgends im Kuchen Zucker beigefügt, die Früchte hatten schon eine gewisse Süße, + der Bezug aus Nougat ist süß genug, Notfalls kann man ja noch das ganze mit Puderzucker bestreuen.

Marmor Nougat Kuchen Jangel`skij F Vegan

Glutenfrei + Eifrei + Milchfrei + Eigenes Rezept



100 g Buchweizen gem
350 g Naturreis gem
50 g Amaranth
200 g weiße Bohnen gem
2 Tüten Backpulver
1 Prise Salz
200 g Vollrohrzucker
0,25 TI Bourbon Vanillepulver
500 ml guten trockenen Weißwein
200 g ungehärtete Margarine

200 g Sonnenblumenkerne geröstet + gem
1 Prise Salz
100 g Vollrohrzucker
50 g bittere Schokolade 70 % geraspelt (Mandelmühle)
1,5 Ei Kaffee gem, kein Instant
125-200 ml guten trockenen Rotwein

100 g Buchweizen gem, 350 g Naturreis gem, 50 g Amaranth, 200 g weiße Bohnen gem, 2 Tüten Backpulver, 1 Prise Salz, 200 g Vollrohrzucker und 0,25 TI Bourbon Vanillepulver gut vermischen, den Weißwein + die Margarine dazu geben und gut verrühren lassen.

Ca 2/3 des Teiges in eine 26 cm Ø mit Backpapier ausgefüllte Ringform gießen, glattstreichen.

In dem anderen Drittel 200 g Sonnenblumenkerne geröstet + gem, 1 Prise Salz, 100 g Vollrohrzucker, 50 g bittere Schokolade 70 % geraspelt (Mandelmühle) 1,5 Ei Kaffee gem, kein Instant, gut verrühren lassen, dann nach + nach 125-200 ml guten trockenen Rotwein dazu geben, sollte ein guter geschmeidiger Teig werden, sieht man.

Diesen Teig ringförmig auf den hellen Teig geben, mit einer Gabel spiralförmig den dunklen Teig in den hellen Teig untermischen.

In den kalten Backofen bei ca 140°C Umluft ca 90 min backen. Nadelprobe.

Samstag, 26. Mai 2007 Hans60

Milch (Mais) Suppe Schokolade F Vegan

Glutenfrei + Eifrei + Milchfrei



500 ml Sojamilch
50 g Mais gem
1 Prise Salz
0,25 TI Bourbon Vanillepulver
50 g bittere Schokolade ab 70 %
1-2 El Zuckerrübensirup

in die kalte Milch, Mais, Salz + Vanille einrühren, Rührend ca 120 – 180 sek kochen lassen.

Den Topf von der Hitze, die zerbröckelte Schokolade + 1 El Honig einrühren + auflösen.

Vor dem servieren, noch 1 El Zuckerrübensirup + oder ungehärtete Margarine, Butter wer darf, in die Mitte geben.

Eigenes Rezept Dienstag, 16. Januar 2007 Hans60

85 %

Ingwer Vanille Kuchen F Vegan
Glutenfrei + Eifrei u Milchfrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier



Boden

150 g Naturreis gemahlen
100 g Buchweizen gemahlen
60 g Zucker
1 Prise Salz
60 g Margarine laktosefrei
100 g Wasser

Füllung

100 g Mandeln geröstet und gemahlen
1 Prise Salz
250 g Zucker
40 g Ingwer feingehackt
400 g Tofu naturell
500 g Sojadrink naturell
200 g Naturreis gemahlen
2 Vanillestangen
100 g Margarine verflüssigt
20 g ca, bittere Schokolade 85 %

Boden

Von Naturreis bis Margarine in der Küchenmaschine verrühren, dann erst das Wasser zugeben, auf Höchststufe so lange rühren lassen bis es ein homogenen Teig ergibt, diesen in eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform verteilen, mit einen nassen Esslöffelrücken und einen Rand bilden, die Backform in den Kühlschrank, kann, muss aber nicht.

Füllung

100 g Margarine verflüssigen,
Tofu zerbröckeln und mit Sojadrink und den Inhalt der Vanillestangen, eine Prise Salz, in einem hohem Gefäß mit einem elektr Pürierstab fein pürieren, in eine Rührschüssel (Küchenmaschine wäre ideal) gießen, Maschine leicht laufen lassen, Mandeln in einer trocknen Bratpfanne rösten und mahlen sowie den gemahlene 200 g Naturreis und 250 g Zucker und feingehackten Ingwer dazugeben, zum Schluss noch die verflüssigte Margarine, gut verrühren lassen.

Diese Füllung auf den Teig in der Backform gießen, glattschütteln, Schokolade mahlen (Mandelmühle), leicht auf den Kuchenteig streuen.

in den kalten Backofen bei niedriger Temperatur, z.B. 135°C Heißluft ca 120 min backen, ganz auskühlen lassen, vorm anschneiden,.

PS

der Ingwer bringt eine pikante Note,

die, doch Verhältnis lange niedrige Backzeit, sorgte bisher bei etlichen Kuchen, dass diese nicht mehr aufreißen

Eigenes Rezept Donnerstag, 11. März 2010 Hans

Kaffee Kuchen IV F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier



750 ml Rotwein, trocken 14 %

200 g Tofu naturell

300 g Naturreis gem

200 g Buchweizen gem

15 bittere Mandeln gem

4 El Kaffeebohnen gemahlen

200 g Erdnüsse blanchiert

1 TI Vanillepulver

1 Tüte Backpulver f 500 g Mehl

2 Nelken mit gem

300 g Zucker

1 Prise Salz

50 g bittere Schokolade 85 % gem, (Mandelmühle)

150 g Margarine, laktosefrei, verflüssigt

200 g TK Kirschen o Stein

Margarine verflüssigen,

Erdnüsse in einer trockenen Bratpfanne rösten und mahlen (Mandelmühle)

Tofu grob zerbröckeln, mit Rotwein bedecken, mit einem elektr Pürierstab fein pürieren,

mit dem Rest Rotwein in die Rührschüssel einer Küchenmaschine gießen, und den Rührhaken langsam laufen lassen, trockne Zutaten vermischen und langsam in die Flüssigkeit einrieseln, verrühren, dann erst die verflüssigte Margarine dazu und gut 4-5 min auf Mittelstufe verrühren lassen, die gefrorenen Kirschen unterheben, In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ring – oder Springform gießen Glattschütteln, in den kalten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 80 min backen, Nadelprobe
Backpapier erst nach dem völligen Erkalten entfernen.

Bitte den Kuchen 24 h Ruhen lassen, vorm anschneiden, damit die Aromastoffe sich entfalten können.

Eigenes Rezept Sonntag, 14. Februar 2010 Hans

Kaffeekekuchen, saftiger F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier



Boden:

250 g Naturreis gem
1 Prise Salz
150 g Deli Reform Margarine, oder andere Laktosefreie
80 g Zuckerrübensirup

Füllung:

400 g Tofu naturell
250 g ca kohlen säurehaltiges Mineralwasser
180-200 g Zuckerrübensirup
100 g Schokolade 85 % gerieben (Mandelmühle)

200 g Mandeln, süß, gem
6 bittere Mandeln mit gem
3 Ei Kakao
130 g Naturreis gem
2 Piment mit gem
3 Kardamom mit gem
3 Ei Kaffeebohnen gem
1 Tüte Backpulver
150 g Bio Sonnenblumenöl
100 g Zucker evtl

für den Boden die Zutaten zusammen vermischen und in die 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ring- oder Springform geben, mit einem nassen Esslöffelrücken den Teig auf den Boden und ein wenig den Rand hoch verteilen, die Form in den Kühlschrank stellen,

für die Füllung:

Tofu etwas zerkleinern in ein hohes Gefäß und mit kohlenensäurehaltiges Mineralwasser und einem elektr Pürierstab, cremig pürieren, in eine Rührschüssel gießen, und den Rührstab einschalten auf kleine Stufe, Zuckerrübensirup dazu geben, erst Schokolade dann die Mandeln in der Mandelmühle reiben und die trocknen Zutaten Kakao, 130 g Naturreis gem, Piment, Kardamom, und Kaffeebohnen gem, und Backpulver vermischen und in die süße Tofu, Wasser und Sirupmasse einrieseln lassen, sowie das Sonnenblumenöl dazu gießen.

Das ganze abschmecken, evtl noch 100 g Zucker begeben, alles zusammen gut 4 mit auf Höchststufe verrühren lassen, und diese Masse auf den kalten Mürbeteig gießen, glattschütteln oder glatt streichen,

in den auf 150°C vorgeheizten Backofen in Schiene zwei 30 min backen lassen, die Form für den 10 min aus den Ofen nehmen, (bei der Springform den Ring etwas lösen), Ringform so lassen, dann für weitere 70 min auf der untersten Schiene bei 150°C backen.

Backofentür etwas öffnen, für ca 10 min noch im Ofen lassen, die Ringform auf einen umgedrehten kleinen Kochtopf stellen, der Ring löst sich irgendwann von allein, ganz auskühlen lassen, vorm anschneiden.

Eigenes Rezept, Mittwoch, 14. Oktober 2009 Hans60

Nachtrag

wer noch eine Schoko oder Kaffeelasur rauf machen will, dann bitte die 100 g Zucker, nicht nehmen, wird sonst einfach zu süß,

[Kaffeeguss](#) [Vegan](#)

200 g Puderzucker
2 Ei Kaffee; heiß (bis 3 Ei)

Schokoladenguss Vegan

200 g Puderzucker
30 g Kakao
3 Ei Wasser; heiß

Hans

Mohnkuchen XII Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei

26 cm Ringform mit Backpapier



Boden

150 g Naturreis gemahlen
100 g Buchweizen mit gemahlen
1 Prise Salz
60 g Zucker
60 g Deli Reformmargarine, laktosefrei
100 –120 g Wasser

Füllung

700 g trocknen Rotwein 14 %
500 g Blaumohn gemahlen
120 g Naturreis gemahlen
2 Kardamom mit gemahlen
1 Pimentkorn mit gemahlen
2 Nelken mit gemahlen
50 g bittere Schokolade 85 % gemahlen (Mandelmühle)
250 g Zucker

1 Prise Salz

die Zutaten für den Boden in eine Küchenmaschine geben und gut verrühren lassen, in eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ring o Springform geben, mit einem Esslöffelrücken den Teig verteilen auch ein wenig einen Rand bilden,
in den Kühlschrank stellen, kann, muss aber nicht, (ist aus den Füßen).

700 g Rotwein in die Küchenmaschine gießen und dort rein den Blaumohn, mahlen, den Rührhaken leicht anstellen, Naturreis mit Kardamom, Piment und Nelken zusammen vermahlen, zum Mohnbrei geben, bittere Schokolade in einer Mandelmühle mahlen, sowie Zucker u Salz dazugeben, abschmecken ob süß genug, den Teig auf den Teigboden gießen, glattschüteln, in den kalten Backofen bei 150°C ca 90 min backen, Nadelprobe.

Eigenes Rezept Sonntag, 11. April 2010 Hans

Orangen Kuchen F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei

26 cm Ringform mit Backpapier



1 Orange, Abrieb davon
Orangen, ca 1,8 kg
200 g Kokosnuss geraspelt
50 g Ingwer klein gehackt
300 g Zuckerrübensirup
500 g Naturreis gem
2 Kardamom mit gem
1 Prise Salz
Zuckerrübensirup o Zucker evtl

Belag

200 g Puderzucker o Traubenzucker
50 g bittere Schokolade 85 % gem, (Mandelmühle)
6 El Obstler

1 Orange die Schale abreiben,
Orangen schälen, und pürieren, soll ca 1250 ml Fruchtfleisch ergeben, zusammen mit der abgeriebenen Schale in eine Rührschüssel geben, Rührhaken langsam laufen lassen, Kokosnuss geraspelt, kleingehackten Ingwer und Zuckerrübensirup dazu, Naturreis u Kardamom und Salz vermischen und langsam zum Fruchtmus einrieseln lassen, gut 4 min verrühren lassen, Vorsicht, kann spritzen, abschmecken ob süß genug, evtl Zuckerrübensirup o Zucker zu geben,
in eine mit Backpapier ausgefüllte 26 cm Ring oder Springform gießen, glattschütteln,
in den kalten Backofen, unterste Schiene, bei ca 160°C Heißluft ca 80 min backen, ca noch 10 min im ausgeschalteten geöffneten Backofen stehen lassen,
in der Zwischenzeit Puderzucker sieben (Flotte Lotte) mit gem Schokolade vermischen und 6 El Obstler verrühren und dann auf den heißen Kuchen auftragen, bitte den Ring bis zum völligen abkühlen dran lassen, dann das Backpapier entfernen.

Eigenes Rezept Samstag, 7. November 2009 Hans

Schokoladen Kuchen II F Vegan
Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier





1 Fl. 0,75 l Rotwein, trocken 14 % trennen

400 g Tofu naturell

60 g Ingwer fein gehackt

200 g Kokosnuss geraspelt

300 g Zuckerrübensirup

250 g bittere Schokolade 85 %, in Mandelmühle gem

2 El Kaffeebohnen gem

500 g Naturreis gem

2 Kardamom mit gem

1 Prise Salz

200 g Puderzucker

6-8 El Obstler

Tofu in ein hohes Gefäß mit Rotwein fein pürieren, mit Rest Rotwein in die Rührschüssel gießen, Rührhaken anstellen, Zuckerrübensirup dazu, die trocknen Zutaten vermischen, und langsam einrieseln lassen, gut verrühren und in eine mit Backpapier ausgefüllte 26 cm Ring- oder Springform gießen, glattschütteln.

In kalten Backofen bei 150°C Heißluft ca 80 min backen, Puderzucker mit 4 El Obstler vermischen sollte dickflüssig sein, sonst eben noch mehr Obstler dazu, auf den noch heißen Kuchen streichen, zieht fast augenblicklich ein, die Backform noch drum lassen, ganz auskühlen, über Nacht ruhen lassen, wäre ideal, erst dann das Backpapier entfernen

Eigenes Rezept Montag, 2. November 2009 Hans60

Schokoladen Kuchen III F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Sojafrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier



200 g Erdnüsse blanchiert
350 g Hirse gemahlen
250 g Mais mit gemahlen
1 Pimentkorn mit gemahlen
2 Kardamomkapseln mit gemahlen
1 Ei Kaffeebohnen gemahlen
1 Tüte Backpulver
1 Prise Salz
250 g Zucker
125 g bittere Schokolade 85 % gem, (Mandelmühle)
750 ml Rotwein, trocken 14 %
300 g TK Kirschen o Stein
150 g Kakaobutter o Margarine laktosefrei

Kakaobutter o Margarine verflüssigen, beiseitestellen,
Erdnüsse in einer trocknen Pfanne rösten und mahlen, Mandelmühle,
Rotwein auf Zimmertemperatur bringen, 20°C und mehr,
TK Kirschen zum auftauen mit zum Rotwein geben,

Alle trockne Zutaten vermischen, dann den Rotwein, Kirschen abseihen,
abschmecken,
die auf Zimmertemperatur abgekühlte Kakaobutter dazu gießen, und ver-
rühren lassen, zum Schluss die Kirschen vorsichtig untermischen.

In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ring – oder Springform gießen
Glattschütteln,
in den kalten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 90 min backen,
Backpapier erst nach dem völligen erkalten entfernen.

eine Besonderheit, auch nach dem abkühlen des Kuchens, war dieser rund
herum, wie in Butter getaucht, feucht glänzend,

aber dies ist mitunter auch bei mit Margarine gebacken, oft der Fall,
daher lasse ich alle Kuchen über Nacht Ruhen,

heute morgen war der Kuchen abgetrocknet, außen, sehr sättigend.

Hinweis:

Wer laktosefreie Margarine nimmt, der braucht den Rotwein nicht auf Zimmertemperatur bringen die TK Kirschen können gefroren in den Teig gegeben werden, an der Reihenfolge ändert sich nichts.

Tipp:

Da oft Hirse bitter ist, empfiehlt es sich, eine Kochprobe zu machen, man nehme ca 50 g Hirse und gebe diese in 100 g kochendes Wasser, Hitze reduzieren, sobald Wasser unterhalb der Oberfläche ist, Hitze ausstellen, Deckel schließen ca 10-15 min quellen lassen, danach ist die Hirse fast weiß, trocken, und schön körnig, sollte die Hirse jetzt bitter sein, bitte nicht zum backen verwenden, nur noch zum kochen, das heißt, bevor die Hirse ins kochende Wasser kommt, mit heißem Wasser ausspülen, es reicht die Hirse in ein Haarsieb geben, dann mit heißem Wasser überspülen.

Hinweis II:

Da Hirse im rohen Zustand keine Flüssigkeit aufnimmt, ist der Kuchenteig sehr dünnflüssig, Suppen ähnlich.

Er sieht trocken aus, ist er aber nicht...

Eigenes Rezept Donnerstag, 24. Dezember 2009 Hans

Schokoladen Kuchen VIII, saftiger F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier



200 g Tofu naturell

500 g ca kohlenensäurehaltiges Mineralwasser, trennen
250 g Zuckerrübensirup
50 g laktosefreie Margarine, verflüssigen
250 g Schokolade 85 % gerieben (Mandelmühle)
50 g Ingwer
500 g Naturreis gem
2 Kardamom mit gem
1 El Kaffeebohnen gem
1 Tüte Backpulver
1 Prise Salz
1 TI Vanillepulver
Puderzucker

Tofu etwas zerkleinern in ein hohes Gefäß und mit kohlenensäurehaltiges Mineralwasser und einem elektr Pürierstab, cremig pürieren, in eine Rührschüssel gießen, und den Rührstab einschalten auf kleine Stufe, Zuckerrübensirup und klein gehackte Ingwer und restliches Wasser dazu geben, Naturreis gem, Kardamom gem, und Kaffeebohnen gem, und Backpulver u Salz u Vanillepulver vermischen und in die süße Tofu, Wasser und Sirupmasse einrieseln lassen, sowie die flüssige Margarine dazu gießen. Das ganze abschmecken, evtl noch Zuckerrübensirup begeben, alles zusammen gut 4 min auf Mittelstufe verrühren lassen, und diese Masse in die mit Backpapier ausgefüllte 26 cm Ring- oder Springform gießen, glattschütteln oder glatt streichen, in den kalten Backofen in Schiene zwei bei ca 160°C Heißluft ca 70 –75 min backen, Backofentür etwas öffnen, für ca 10 min noch im Ofen lassen, die Ringform auf einen umgedrehten kleinen Kochtopf stellen, der Ring löst sich irgendwann von allein, ganz auskühlen lassen, vorm anschneiden, 12 h Ruhen lassen wäre ideal, mit Puderzucker bestreuen

der beste Schokoladenkuchen bis jetzt, also die Schokolade, ein Gedicht, ist zwar "saftig" aber auch fest, die fehlenden Nüsse machen sich hier bemerkbar, aber ein Versuch war es wert,

Eigenes Rezept, Sonntag, 1. November 2009 Hans60

[Schokoladenkuchen XIII F Vegan](#)

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Sojafrei u Vegan

[26 cm Ringform mit Backpapier](#)



750 ml Rotwein, Halbtrocken 13 %

200 g Kokosnuss geraspelt

500 g Naturreis gem

1 Pimentkorn mit gem

2 Nelken mit gem

2 Kardamomkapseln mit gem

1 Prise Salz

300 g Zuckerrübensirup

300 g TK Kirschen o Stein

250 g bittere Schokolade 85 % gem, (Mandelmühle)

150 g Kakaobutter verflüssigt

ab den Rotwein alle Zutaten der Reihe nach in eine rührende Küchenmaschine geben, zum Schluss die etwas abgekühlte Kakaobutter, die entweder im Wasserbad oder auf einen tiefen Teller auf ein kochendes Wasser o Gemüse verflüssigt wird.

In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ring – oder Springform gießen Glattschütteln,

in den kalten Backofen bei ca 160°C Heißluft ca 80 min backen,

Backpapier erst nach dem völligen Erkalten entfernen.

eine Besonderheit, auch nach dem abkühlen des Kuchens, war dieser rund herum, wie in Butter getaucht, feucht glänzend,

aber dies ist mitunter auch bei mit Margarine gebacken, oft der Fall, daher lasse ich alle Kuchen über Nacht ruhen,

heute morgen war der Kuchen abgetrocknet, außen, sehr sättigend.

Eigenes Rezept Montag, 16. November 2009 Hans

[Tofu Erdnusskuchen](#) F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

26 cm Ringform mit Backpapier



200 g Erdnuss blanchiert
1 l Sojadrink
800 g Tofu naturell
400 g Naturreis gemahlen
1 Prise Salz
300 g Puderzucker gesiebt
60 g Kirschwasser 40 % ODER
1 Zitrone, Abrieb + Saft + Fleisch
600 g Mandarinen filetiert ca
150 g TK Kirschen o Stein, ca
25 g bittere Schokolade 85 %

Erdnüsse in eine trockne Pfanne rösten, mahlen, (Mandelmühle)
Jeweils 400 g Tofu in 500 ml Sojadrink mit einem elektrischen Pürierstab ganz fein pürieren und in eine Rührschüssel gießen, Rührstab einschalten, gemahlen Naturreis u gesiebten Puderzucker u Salz und die gemahlene Erdnüsse langsam einrieseln lassen, verrühren lassen,
Mandarinen in beide Hände ein wenig drücken, lässt sich die Schale einfacher entfernen, filetierte Mandarinen auf einen großen Essteller legen, dieser ist meist so groß wie der Kuchenboden, so hat man einen Überblick, was gebraucht wird,
den Teig in eine mit Backpapier ausgefüllte Ringform gießen, die filetierten Mandarinen mit der Schmalseite in den Teig drücken, so dass nur der Rücken raus sieht, in den Zwischenräumen die gefrorenen Kirschen in den Teig drücken, die Schokolade in der Mandelmühle mahlen und auf die Früchte verteilen, Rest essen.
Der Teig füllt die Form bis zum oberen Rand vollständig aus.

Hinweis

Wer es nicht so „dick“ haben will, den Kuchen
Der nehme nur

200 g Erdnüsse geröstet u Gemahlen
400 g Tofu naturell in

500 ml Sojadrink püriert
200 g Naturreis gemahlen
1 Prise Salz
200 g Puderzucker ca
60 g Kirschwasser 40 % ODER
1 Zitrone, Abrieb + Saft + Fleisch
600 g Mandarinen filetiert ca
150 g TK Kirschen o Stein, ca
25 g bittere Schokolade 85 %

in den kalten Backofen bei 150°C Heißluft ca 90 min backen, ca 20 min im geöffneten Backofen lassen, die Form auf einem umgedrehten kleinen Kochtopf stellen, der Ring löst sich alleine, und ganz abkühlen lassen, Backpapier vorsichtig entfernen, z.B. entferne das Backpapier vom Rand, ziehe am Backpapier den Kuchen vom den Backformboden, wasche ihn und trockne ihn ab, ziehe jetzt wieder am Backpapier mit Kuchen, ca 1/3 über den Schrankrand, das Backpapier nach unten abziehen, den Backformboden nun zwischen Backpapier und Kuchen drücken.

Eigenes Rezept Donnerstag, 4. Februar 2010 Hans

Kakao

Bam Schokoladen Kuchen F Vegan

Glutenfrei / Milchfrei / Eifrei

Bilder siehe unten

200 g ungeschälten Sesam geröstet + mit
300 g Buchweizenkörner + mit
100 g Naturreis (Mittelkorn) + mit
100 g Amaranthkörner zusammen mahlen,

1 Prise Salz +
1 TI Bourbon Vanille Pulver + ODER
3 Tüten Bourbon Vanille Zucker,
2 Tüten a 17 g Weinsteinbackpulver, +
5 El Back Kakaopulver +

2 Tl türkisches Kaffeemehl / italienischer Espresso Mehl
250 g Vollrohrzucker alles vermischen

700 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser +
3 El Rum 54 % unterrühren

in eine mit Backpapier 30 cm ausgelegte Königskuchenbackform gießen.

In den kalten Backofen, bei 160°C Umluft, 110 min backen, ODER
Bei Ober- + Unterhitze , vorheizen auf ca 180°- 190°C, ca 80 min .
Nadelprobe.

Bitte ein paar min in der Form lassen, dann vorsichtig raus gleiten lassen,
+ ca 30 min mit Backpapier ruhen, sich verfestigen lassen. Dann oder
auch erst wenn erkaltet ist, entfernen.

Eigenes Rezept Hans60, Montag, 14. März 2005

Veränderung I F Vegan



Statt 2 Tl türkisches Kaffeemehl / italienischer Espresso Mehl
2 El Kaffeebohnen mit gem

Statt 700 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser,
500 ml guten Rotwein trocken und
200 ml roter Dornfelder Traubensaft, süß

zubereitet wie oben beschrieben

im kalten Backofen bei ca 130°C Umluft ca 120-130 min gebacken, Nadel-
probe.

Zitronenguss Vegan

250 g Puderzucker gesiebt
0,5 Zitronenabrieb
4-6 El Zitronensaft

Samstag, 22. März 2008 Hans

Veränderung II F Vegan



Statt 200 g ungeschälten Sesam geröstet,
200 g ganzen Leinsaat geröstet und fein geschrotet,

Statt 2 Tl türkisches Kaffeemehl / italienischer Espresso Mehl
2 El Kaffeebohnen mit gemahlen,

24 h ruhen lassen, vor dem anschneiden, wenigstens über Nacht,
klebt sonst am Messer, beim aufschneiden

Sonntag, 23. März 2008 Hans60

Schokoladen Kuchen I Vegan

glutenfrei

Ich nahm

70 ml Bio Rapsöl
100 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
220 ml Sojamilch naturell

1 Ei Apfelessig
1 TI Bourbon Vanille Pulver
170 g Vollrohrzucker

60 g Hirse +
60 g Mais +
40 g Kichererbsen alles gem. +
140 g Kartoffelmehl

150 g Kakaopulver
1 x Weinsteinbackpulver / anderes
1 gute Prise Meersalz.

Sojamilch mit Essig vermischen, sowie alle flüssigen Zutaten dazu.

Alle trockenen Zutaten gut vermischen + zu den Flüssigkeiten zugeben ,
gut verrühren.

Bitte noch Flüssigkeit zu geben , es sollte wie ein Rührteig werden, lieber
ein wenig mehr , er geht dabei besser auf , wird lockerer.

(wer will, ich wollte, noch einen Schuss , Rum 54 % unter mischen)
+ in 1 mit Backpapier ausgelegte 24 / 30 cm Königskuchenbackform gie-
ßen.

Bei ca 160 ° C Umluft, OHNE VORHEIZEN, ca 40 min backen.

29.02.2004

je nach Mehlmischung bzw Zusammenstellung, + Zuckermenge.
Erhöht sich der Flüssigkeitsbedarf, + das Volumen ,
ich kam mit **24 cm Königskuchenbackform** aus, aber es ist doch ange-
brachter die 30 cm , zu nehmen. Bitte die Backform mit Backpapier ausle-
gen .

[Schokoladen Sand Kuchen F Vegan](#)

[Veränderung v Schokoladen Kuchen I](#)

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei

26 cm Ring- o Springform mit Backpapier ausfüllen



70 ml Bio Sonnenblumenöl
100 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
570 ml Sojadrink
1 El Balsamico Bianca
1 guten Schuss Rum 54 %

1 TI Bourbon Vanille Pulver
250 g Zucker
60 g Hirse gemahlen
60 g Mais gemahlen
40 g Kichererbsen gemahlen
140 g Kartoffelmehl
150 g Kakaopulver
1 Tüte Backpulver
1 gute Prise Meersalz.

Sojadrink, Öl, Selters, Rum und mit Essig vermischen,
Alle trockenen Zutaten gut vermischen + zu den Flüssigkeiten einrieseln
lassen , auf Mittelstufe gut 5 min verrühren.

In eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform gießen,
in kalten Backofen bei ca 140°C Heißluft ca 80 min backen, Nadelprobe

Samstag, 23. Januar 2010 Hans

Bitte bedenkt

Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse + Hülsenfrüchte erst kurz vor dem Gebrauch mahle, hat es eine andere Bindekraft (+ auch Geschmack).

Wenn Ihr dagegen mit gekauften Mehlen arbeitet,
kann, muss aber nicht, das Ihr zu anderen Ergebnissen kommt, als hier beschrieben.

Hinweis F

Bedeutet ein Foto, im Rezept

Hinweis

Es sind alle getestet + meist auch selbst zusammen gestellt.

Hinweis Vegan

Vegan = nichts vom Tier

Donnerstag, 22. April 2010

Mit freundlichen Grüßen

Hans

www.Hans-joachim60.de