

Rezeptempfehlung

Veganer Biskuitteig

Abgewandelt nach dem Rezept des DAAB-Testsieger **Biskuit** „Praktikabilität und Preis“
(Deutscher Allergie- und Asthmabund www.daab.de)

Zutaten für den Teig:

200 g Zucker
250 ml Wasser
6 EL mildes Pflanzenöl, z. B. Rapsöl
4 TL Backpulver
1 Päckchen Vanillezucker
225 g Mehl

Zutat für den Kichererbsenschnee:

1 Glas / Konserve Kichererbsen mit ca. 120 ml gesalzenem Abtropfwasser
(entspricht etwa 4-5 Eiweißen)

Mit den verbleibenden Kichererbsen lässt sich ein frischer Salat zaubern, ergänzt durch: Fetawürfel, kleine Röllchen Frühlingszwiebeln, reichlich grob gehackte Blattpetersilie, Zitronensaft, Öl, Salz und Pfeffer.

Zubereitung:

- Den Backofen auf 180°C vorheizen.
- Alle Zutaten für den Teig in eine große Schüssel geben und mit dem Rührgerät zu einem glatten, luftigen Teig rühren.
- Für den Kichererbsenschnee die Kichererbsen abgießen und das Wasser dabei auffangen. Davon 120 ml abmessen und in einer hohen Schüssel mit dem Handmixer steifschlagen bis die Rührer beim Herausziehen Spitzen im Schnee hinterlassen.
- Eine Springform mit etwas Pflanzenöl einfetten oder, nach Wunsch, den Boden mit Backpapier auslegen und dann den Rahmen der Springform anlegen.
- Den Kichererbsenschnee unter den Teig heben und diesen dann anschließend in die Springform füllen. Den Teig ca. 25 - 30 Minuten goldgelb backen. Den Teig etwas abkühlen lassen und dann vorsichtig von der Form lösen (stürzen).

Schmeckt hervorragend belegt mit Vanillepudding und Erdbeeren!