

Backen



**ohne tierische
Produkte**



Ei ersetzen

- 75 ml Apfelmus**
- 1/2 Banane**
- 2 EL Maisstärke+3EL Wasser**
- 1 EL Leinsamen+2 EL Wasser**
- 1/2 EL Pfeilwurzelsstärke+ 3EL Wasser**



Milch ersetzen

- Hafer-, Mandel-, Reisdrink**
- Kokosmilch**
- Sojadrink, -quark, -sahne**
- Pflanzliche Schlagsahne: gekühlte Sahnealternative + 2 Pck. Sahnesteif vermischen und aufschlagen**



Eischnee

- Kichererbsenwasser mit
Weinsteinpulver und
Johannesbrotkernmehl aufschlagen**
- Für Macarons + Baiser:
Kichererbsenwasser aufschlagen,
Puderzucker+Vanilleextrakt hinzu,
nochmal aufschlagen**



Gelatine

- Agar Agar, besonders praktisch bei heißen Flüssigkeiten**
- Faustregel: 2 g auf 500 ml Wasser zum Kochen bringen**
- 4 g entsprechen 12 g tierischer Gelatine**



Butter

- 1:1 mit Margarine o. veganer Butter

- 80g Öl, vorzugsweise Rapsöl,

alternativ Sonnenblumen- oder Kokosöl