

KÜCHENRATGEBER

CORINNA SCHOBER

VEGAN BACKEN



GU

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tofino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2021

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2021

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Linh Nguyen

Lektorat: Christin Geweke

Korrektur: Jutta Friedrich

Covergestaltung: independent Medien-Design, Horst Moser, München

Foodstyling: Urs Hug, Mareike Hill

eBook-Herstellung: Yuliia Antoniuk

 ISBN 978-3-8338-7940-1

1. Auflage 2021

Bildnachweis

Coverabbildung: Urs Hug und Mareike Hill

Fotos: Coco Lang, Corinna Schober, Mathias Neubauer, JUNI (Julia Schmidt und Nikolas Hagele)

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-7904 02_2021_02

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de
Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.



www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München

DIE »GU KOCHEN PLUS«-APP

1. APP HERUNTERLADEN



Laden Sie die kostenlose »GU Kochen Plus«- App im Apple App Store oder im Google Play Store auf Ihr Smartphone. Starten Sie die App und wählen Sie Ihren Küchenratgeber aus.

2. REZEPTBILD SCANNEN



Scannen Sie das gewünschte Rezeptbild mit der Kamera Ihres Smartphones. Klicken Sie im Display die Funktion Ihrer Wahl.

3. FUNKTIONEN NUTZEN



Sammeln Sie Ihre Lieblingsrezepte. Speichern und verschicken Sie Ihre Einkaufslisten. Oder nutzen Sie den praktischen Supermarkt-Finder und den Rezept-Planer.

GU **CLOU**

Wussten Sie schon, dass ...?

Entdecken Sie bei einigen ausgewählten Rezepten ganz besondere Tipps mit verblüffendem Insiderwissen.

Aha-Momente garantiert!



Die Backzeiten können je nach Herd variieren.
Unsere Temperaturangaben beziehen sich auf das Backen im Elektroherd mit Ober- und Unterhitze.



CORINNA SCHOBER

Wenn ihre Küche von den süß duftenden Aromen eines frisch gebackenen Kuchens erfüllt wird, fühlt sie sich wie im siebten Himmel. Deshalb gibt es für Autorin Corinna Schober auch kaum etwas Schöneres, als neue vegane Backwerke zu kreieren.

Seit wann und warum backen Sie vegan?

Ich wurde von klein auf von meiner Mutter mit selbst gemachten Kuchen und Keksen verwöhnt und durfte ihr dabei immer zur Hand gehen. Dadurch habe ich früh meine Liebe zum Backen entdeckt. Später habe ich mich stark mit dem Thema Tierschutz und der Bedeutung des Verzehrs von tierischen Produkten beschäftigt. Mir war sofort klar, dass für mich nur noch eine vegetarische bzw. vegane Lebensweise infrage kommt. Anfangs wusste ich kaum, wie man vegan backen kann. Aber als große Naschkatze war meine Neugier geweckt und so habe ich mich diesem Thema seitdem zu 100 % gewidmet. Daraus ist auch mein Foodblog entstanden, auf dem ich meine Kenntnisse und Erfahrungen teile.

Fehlt Ihnen etwas bei veganem Gebäck?

Die Auswahl an veganen Alternativen ist heutzutage so groß, dass wirklich alle Wünsche erfüllt werden. Vegan zu backen ist mittlerweile sehr unproblematisch und sämtliche bekannte Torten und Kuchen können »veganisiert« werden. Mir persönlich fehlt dabei nichts und auch meine Familie und Freunde sind immer wieder begeistert von den leckeren veganen Backkreationen.

Worauf muss man beim veganen Backen besonders achten?

Grundsätzlich sollte man nicht versuchen, ein herkömmliches Rezept 1:1 vegan nachzubacken, in der Hoffnung, dass exakt der gleiche Geschmack und die gleiche Konsistenz erzielt werden. Das funktioniert so leider nicht. Man braucht schon einen guten Überblick über die verschiedenen veganen Ersatzprodukte. Bei der Herstellung eines veganen Kuchenteiges ist es außerdem besonders wichtig, die Zutaten nicht zu stark und zu lange miteinander zu verrühren, da ansonsten die luftige Konsistenz des Teiges verloren geht.