

Zutaten für eine Kastenform mit 30 cm Länge:

120 g Zartbitterschokolade, gehackt
300 g Mehl
Prise Salz
1 Pkg. Backpulver (=16 g)
etwas Vanille
50 g Kakaopulver, ungesüßt
220 g braunen Zucker
350 ml pflanzliche Milch, z.B Haselnussmilch*
120 ml Sonnenblumenöl

*Mit ROMMELSBACHER VERA Veggie Drink & Suppen Bereiter pflanzliche Milch selbst herstellen

1 l Wasser
100 g Haselnüsse, geschält und geröstet

Glasur:

70 ml pflanzliche Sahne
150 g Zartbitterschokolade, oder Kuvertüre
20 g weiche vegane Butter/Margarine
15 ml Agavendicksaft

Deko:

vegane weiße Schokolade



Zubereitung:

- 1) Eine Kastenform mit 30 cm Länge mit Backpapier auslegen und den Ofen auf 180 Grad O/U Hitze vorheizen.
- 2) **Pflanzliche Milch selbst herstellen mit VERA von Rommelsbacher:** einfach 1 Liter Wasser und 100 g Haselnüsse (idealerweise geschält und geröstet) in den Behälter geben, die Funktion „Nüsse“ wählen und abwarten. Danach Milch abseihen, das Nussmus im dazugehörigen Sieb und Behälter auffangen und 350 ml abwiegen. Die restliche Milch vermische ich gerne mit etwas Agavendicksaft und trinke sie pur oder stelle sie kühl. Haltbarkeit: ca. 3 bis 4 Tage. Da sie keine Konservierungsstoffe enthält, verderbt sie schneller als gekaufte Mandelmilch. Um die Haltbarkeit zu verlängern, solltest du sie in einem gut verschlossenen, sterilen Behälter aufbewahren und darauf achten, dass sie stets gekühlt bleibt. Achte auf Anzeichen wie säuerlichen Geruch oder veränderten Geschmack, um sicherzugehen, dass sie noch frisch ist.
- 3) Schmelzt die gehackte Schokolade über einem leicht köchelnden Wasserbad und lasst sie auskühlen, bis sie nur noch lauwarm ist.
- 4) Vermischt Mehl, Prise Salz, Backpulver, etwas Vanille, Kakaopulver und braunen Zucker. Rührt zügig die pflanzliche Milch und das Öl ein. Füllt den Teig in die vorbereitete Form um. Im Ofen ca. 55-60 min bei 180 Grad backen.
- 5) Aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und das Backpapier entfernen. Auf einen Servierteller legen und mit der Glasur bestreichen. Dafür in einem Topf Sahne kurz erhitzen, Schokolade darin schmelzen, Butter und Agavendicksaft hinzufügen und 5 min warten, bis die Glasur etwas abgekühlt und nicht mehr ganz so flüssig ist. Auf dem Kuchen auftragen und anziehen lassen (ganz fest wird sie nicht, sondern bleibt eher weich).
- 6) Den fertigen Kuchen mit veganer weißer Schoko dekorieren und genießen.



SAFTIGER, VEGANER SCHOKOKUCHEN

Tipps:

- Weil der Kuchen recht saftig und feucht ist, sollte er kühl gelagert werden.
- keine gerösteten und geschälten Haselnüsse daheim? So machst du sie selbst:

Haselnüsse rösten und schälen im Ofen:

Schritt 1: Haselnüsse rösten

- Vorheizen:** Heize den Ofen auf **175-180°C** vor.
 - Haselnüsse verteilen:** Verteile sie auf einem Backblech, das mit Backpapier ausgelegt ist.
- Rösten:** Röste die Haselnüsse im Ofen für **10-15 Minuten**, bis die Schalen dunkel werden und beginnen, sich zu lösen. Rühre nach etwa 7 Minuten um, damit sie gleichmäßig rösten.

Schritt 2: Haselnüsse schälen

- Abkühlen:** Nimm die Haselnüsse aus dem Ofen und lasse sie kurz abkühlen, bis sie lauwarm sind.
- Schale entfernen:** Gib die Haselnüsse in ein sauberes Küchentuch und reibe sie kräftig gegeneinander, um die Schalen zu lösen. Die Schalen sollten sich leicht ablösen.

Nun hast du perfekt geröstete, geschälte Nüsse und damit schmeckt dein Pflanzendrink noch besser!

Hier ist ein einfaches Rezept, um Haselnussmilch selbst herzustellen:

Zutaten:

- 100 g rohe Haselnüsse
- 1 Liter Wasser

Zubereitung:

- Einweichen:** Weiche die Haselnüsse für mindestens 8 Stunden (oder über Nacht) in Wasser ein. Dies macht sie weicher und leichter zu mixen.
- Abspülen:** Gieße das Einweichwasser ab und spüle die Haselnüsse gründlich ab.
- Mixen:** Gib die eingeweichten Haselnüsse mit 1 Liter frischem Wasser in einen leistungsstarken Mixer.
- Mixen, bis cremig:** Mixe alles für 1-2 Minuten, bis die Haselnüsse vollständig zerkleinert sind und die Flüssigkeit milchig wird.
- Abseihen:** Gieße die Haselnussmilch durch ein feines Sieb oder einen Nussmilchbeutel, um die festen Bestandteile zu entfernen.
- Aufbewahren:** Fülle die Haselnussmilch in einen sauberen Behälter und bewahre sie im Kühlschrank auf. Sie ist ca. 3-4 Tage haltbar.

Sastojci za duguljasti kalup od 30 cm:

120 g tamne čokolade, nasjeckane
300 g brašna
prstohvat soli
1 pak. praška za pecivo (=16 g)
malo vanilije
50 g nezaslađenog kakaa
220 g smeđeg šećera
350 ml biljnog mlijeka, npr. mlijeka od lješnjaka*
120 ml suncokretovog ulja

* Sa ROMMELSBACHER VERA uređajem za pripremu biljnih napitaka možete sami napraviti biljno mlijeko:

1 l vode
100 g oljuštenih i pečenih lješnjaka

Glazura:

70 ml biljnog slatkog vrhnja
150 g tamne čokolade ili kuverture
20 g omekšalog veganskog maslaca/margarina
15 ml agavinog sirupa

Dekoracija:

veganska bijela čokolada



Priprema:

- 1) Duguljasti kalup dužine 30 cm obložite pek papirom i zagrijte rernu na 180 stepeni gornji/donji grijači.
- 2) Pripremite **biljno mlijeko uz VERA uređaj od Rommelsbachera**: jednostavno sipajte 1 l vode i 100 g lješnjaka (po mogućnosti oljuštenih i pečenih) u posudu, izaberite funkciju „orašasti plodovi“ i pričekajte. Zatim procijedite mlijeko, sakupite kašu od lješnjaka u pripadajuće sito i posudu i izvažite 350 ml mlijeka. Preostalo mlijeko volim pomiješati s malo agavinog sirupa i piti ovako ili staviti na hlađenje. Rok trajanja: oko 3 do 4 dana. Pošto ne sadrži konzervanse, brže se kvari nego kupovno mlijeko. Da biste produžili rok trajanja, čuvajte ga u dobro zatvorenoj, sterilnoj posudi i pazite da uvijek bude hladno. Obratite pažnju na znakove kao što su kiseo miris ili promijenjen okus, kako biste bili sigurni da je mlijeko još svjež.
- 3) Otopite nasjeckanu čokoladu na pari i ostavite da se ohladi dok ne postane mlaka.
- 4) Pomiješajte brašno, **prstohvat** soli, prašak za pecivo, malo vanilije, kakao i smeđi šećer. Brzo umiješajte biljno mlijeko i ulje. Sipajte tijesto u pripremljeni kalup. Pecite u rerni oko 55-60 minuta na 180 stepeni.
- 5) Izvadite iz rerne, ostavite da se malo ohladi i uklonite pek papir. Stavite na tanjir za posluživanje i premažite glazurom. Za glazuru, u loncu kratko zagrijte vrhnje, otopite čokoladu u njemu, dodajte veganski maslac i agavin sirup i pričekajte 5 minuta dok se glazura malo ne ohladi i ne postane gušća. Premažite kolač i pustite da se glazura malo stegne (neće se potpuno stvrdnuti, već će ostati mekša).
- 6) Gotov kolač ukasite veganskom bijelom čokoladom i uživajte.



SOČNI VEGANSKI ČOKOLADNI KOLAČ

Savjeti:

- Budući da je kolač vrlo sočan i vlažan, treba ga čuvati na hladnom mjestu.
- Nemate pečene i oljuštene lješnjake kod kuće? Evo kako ih sami napraviti:

Pečenje i ljuštenje lješnjaka u rerni:

Korak 1: Pečenje lješnjaka

- Zagrijavanje:** Zagrijte rernu na **175-180°C**.
- Rasporedite lješnjake:** Rasporedite ih po plehu obloženom pek papirom.
- Pečenje:** Pecite lješnjake u rerni **10-15 minuta** dok ljuske ne postanu tamne i ne počnu se odvajati. Promiješajte nakon otprilike 7 minuta kako bi se ravnomjerno ispekli.

Korak 2: Ljuštenje lješnjaka

- Hlađenje:** Izvadite lješnjake iz rerne i ostavite da se malo ohlade dok ne budu samo topli.
- Uklanjanje ljuske:** Stavite lješnjake u čistu kuhinjsku krpu i energično ih trljajte kako bi ljuske spale. Ljuske bi trebale lako da se odstrane.

Sada imate savršeno pečene, oljuštene lješnjake, a vaš biljni napitak će imati još bolji okus!

Evo jednostavnog recepta za pravljenje mlijeka od lješnjaka:

Sastojci:

- 100 g sirovih lješnjaka
- 1 litar vode

Priprema:

- Namakati:** Potopi lješnjake u vodu najmanje 8 sati (ili preko noći). Ovo će ih omekšati i olakšati miksanje.
- Isprati:** Ocijedi vodu u kojoj su se lješnjaci namakali i dobro ih isperi.
- Miksati:** Stavi potopljene lješnjake u blender zajedno sa 1 litrom svježe vode.
- Miksati dok ne postane kremasto:** Miksaj 1-2 minute dok se lješnjaci potpuno ne usitne i tečnost ne postane mliječna.
- Procijediti:** Procijedi mlijeko od lješnjaka kroz fino sito ili vrećicu za orašaste napitke kako bi uklonila čvrste dijelove.
- Čuvanje:** Sipaj mlijeko u čist posudu i čuvaj u frižideru. Rok trajanja je otprilike 3-4 dana.