

Jippi!



Baking uten egg

Sitronkake

vegetarbloggen.com



Ingredienser

Kakebunn

3 sitroner
3,5 desiliter soyamelk
2 desiliter vegansk margarin
2,5 desiliter sukker
7 desiliter hvetemel
3 spiseskjeer maisstivelse
2,5 teskjeer bakepulver
1 teskje natron
Bittelitt salt

Lemon curd

3 sitroner
0,5 desiliter vann
4 desiliter sukker
4 spiseskjeer maisstivelse
2 spiseskjeer vegansk margarin
0,5 desiliter soyamelk
0,5 desiliter havrefløte

Pynting og montering

2 pakker vispbar havrekrem
Melis til utbaking
1 vegansk marsipanlokk
1 lime

Framgangsmetode



Kakebunn

Forvarm stekeovnen til 175 grader. Smør og mel en rund kakeform på 20-22 centimeter i diameter.

Finriv skallet av en av sitronene. Press ut saften fra alle tre. Ha sitronsaften over i en liten bolle og hell i melken. La det stå noen minutter før du visper det litt sammen med en gaffel.

Rør margarin og sukker hvitt i en større bolle. Visp inn melkeblandingen og sitronskallet. Mål opp hvetemel, maisstivelse, bakepulver, natron og salt og sikt det i. Visp det hele raskt sammen til en klumpefri røre.

Hell over i kakeformen, og bak kaken i 35-40 minutter. Sjekk om kaken er tørr ved å bruke trepinnetesten.

Avkjøl kaken før du pynter den.



Lemon curd

Riv skallet av to av sitronene. Legg det til sides. Press saften ut av sitronene, enten ved en sitruspresser eller manuelt. Ha i en kjøkkenmaskin sammen med vann, sukker og maisstivelse. Kjør til du har en jevn, skummet væske.

Ha blandingen over i en liten gryte, tilsett sitronskallet. La det forsiktig kokes opp, rør jevnlig. Når det når kokepunktet, fortsetter du å røre i mens det småkoker. I løpet av et par minutter tykner blandingen.

Sett gryten av varmen, rør i margarin, melk og fløte.



Pynting og montering

Skjær kaken forsiktig i tre deler på langs. Legg den ene delen på et fat. Topp den med et lag lemoncurd. Legg det neste laget over, topp også denne med lemoncurd.

Visp havrekremen. Fordel den i et tynt lag over kaken og langs kantene.

Ha melis på fingrene, og legg forsiktig marsipanlokket over kaken. Riv litt limeskall og ha det på toppen av kaken.

Sjokoladekake

vegetarbloggen.com



Ingredienser

Kakebunn

Olje og mel til smøring/meling av form

5 desiliter hvetemel

2 desiliter hvitt sukker

1 desiliter kakaopulver

1,5 teskje vaniljesukker

1 teskje kanel

1,5 teskje natron

0,5 teskje salt

2 spiseskjeer nytraktet espresso eller sterk kaffe

2 spiseskjeer brunt sukker

3,5 desiliter vann

0,75 desiliter rapsolje

Sjokolademousse

300 gram vegansk kokesjokolade

1 pakke silketofu (ca 350 gram)

0,5 desiliter soyamelk, helst med sjokoladesmak

Noen spiseskjeer lønnesirup, eventuelt sukker

1 spiseskje kakaopulver

1 teskje vaniljesukker

Sjokoladeglasur

200 gram vegansk sjokolade

3 spiseskjeer nytraktet sterk kaffe eller espresso

100 gram vegansk margarin

1 spiseskje soyamelk

5-6 desiliter melis

Framgangsmetode



Kakebunn

Forvarm stekeovnen til 175 grader. Smør litt olje i bunn og kanter på en springform (20-22 centimeter) og dryss over litt mel.

Finn fram en stor bakebolle og sil i hvetemel, sukker, kakaopulver, vaniljesukker, kanel, natron og salt.

Rør sammen espresso/kaffe, brunt sukker, vann og rapsolje i en liten skål. Hell det våte over i det tørre og visp det hele raskt og kraftig sammen til en jevn røre.

Ha røren over i kakeformen, bruk en slikkepott for å være sikker på at du får med deg alt. Bak i 25-30 minutter, bruk trepinnetesten for å se om kaken er ferdig.

Avkjøl kaken helt på kjøkkenbenken før du begynner å pynte den.



Sjokolademousse

Smelt sjokoladen i vannbad.

Ha silketofu, soyamelk, lønnesirup, kakaopulver og vaniljesukker i en kjøkkenmaskin. Kjør til du har en jevn masse. Ha over den smelta sjokoladen, bruk en slikkepott for å få med deg alt. Kjør til du igjen har en jevn masse.

Ha sjokolademoussen over i en skål og sett kaldt fram til kaken skal monteres.



Sjokoladeglasur

Smelt sjokoladen sammen med kaffe i vannbad.

Skjær smøret i små biter, ha i soyamelk og kjør det så jevnt du greier med en stavmikser eller håndvisp. Ha i sjokoladen mens stavmikseren fortsetter å gå – det skal bli helt jevnt. Spe til slutt med melis til du får en tykk og god sjokoladekrem. Smak gjerne underveis for å være sikker på at du får kremen som ønsket.

Når kaken er helt avkjølt har du den forsiktig ut av formen. Del den – igjen forsiktig – i to horisontalt. Fordel sjokolademoussen på den ene delen og legg den andre forsiktig over. Fordel deretter sjokoladekremen over kaken og langs kantene. La kaken stå kaldt fram til servering.

Erstatte egg



Banan

Banener har utmerkede bindingsegenskaper! Jeg pleier alltid å la godt modne bananer ligge, og så moser jeg dem med en gaffel og bruker dem i pannekaker, cupcakes og kaker. Eplemos har samme effekt. For optimalt resultat som ren erstatning for egg anbefaler jeg (per egg) en halv desiliter most banan/ eplemos blandet med en halv teskje bakepulver. Både banan og epler gir fra seg smak, så pass på å bruke de i baks der dette passer inn.

Flax seeds

Knuste linfrø mikset med vann er sterkt som lim, og kan binde sammen deiger. «Linfrøegg» passer i faste kaker, nøttebaserte kaker og muffins. En spiseskje linfrø og to spiseskjeer vann erstatter greit ett egg. Jeg foretrekker å knuse linfrøene til fint pulver i kaffekvernen for deretter å ha i ganske varmt vann. Deretter lar jeg blandingen stå i minst ti minutter før jeg tilsetter den i deigen/røren.

Soyayoghurt

Fungerer også som bindemiddel. På grunn av smaken passer det greit å bruke i for eksempel scones og gulrotkake. Jeg pleier å kombinere soyayoghurt med en spiseskje kikertmel i kaker, dette gir et veldig saftig resultat.

Silketofu

Som bindemiddel i bakst kan du bytte ut ett egg med en halv desiliter silketofu + en spiseskje maisstivelse og kjøre det til en jevn masse i kjøkkenmaskin.

I tillegg er silketofu en fabelaktig ingrediens i mousse! Mens du i ikke-vegansk sjokolademousse trenger både vispa egg og krem, og likevel lett risikerer at det skiller seg, eller silketofumousse fabelaktig. Det er ganske mye

sunnere, kjempeenkelt å lage, smaker like godt, og det skiller seg ikke.

Jeg pleier å lage sjokolademousse ved å kjøre silkefotu og sjokoladesoyamelk i kjøkkenmaskinen til det er jevnt, og deretter tilsette sjokolade smeltet i vannbad. Enkelt, greit og veldig godt!

Bakepulver

Selv er jeg ikke en stor fan av å overbruke bakepulver, men det må has med. Har du i et par spiseskjeer bakepulver, kan du nemlig lage pannekake- og vaffelrøre uten egg veldig enkelt. Pannekakene blir tykke og fine (amerikansk style), er lette å steke, men jeg liker ikke så godt når du kjenner bakepulver-smaken.

Maisstivelse

En fin tynningsagent, som passer spesielt bra i vaniljesaus, vaniljekrem, tertefyll og kremete desserter. Maisstivelse er også fint å bruke i flere middagsretter.

Ved bruk anbefaler jeg å blande maisstivelse ut i litt kald væske (slik at du får en jevn blanding), før det tilsettes i varm væske eller varmes opp. Dette er for å unngå klumper. Maisstivelse gjør at væsken tyknes når den varmes opp. Kjøles den ned igjen vil den stivne ytterligere.

Arrowrootpulver (pilerotpulver)

Dette er en utmerket tykningsagent i sauser og tertefyll, og kan også brukes for å lage klare fruktgeleer. To teskjeer arrowrootpulver erstatter en spiseskje maisstivelse.

Sjekk bloggen min for flere tips og triks!

– Mari

Vegetarbloggen.com