

Veganer Kaiserschmarrn

Nach einigen Tests haben wir es tatsächlich geschafft: Kaiserschmarrn in vegan!

Zutaten

| Zutaten | 2 Pers. | 3 Pers. | 4 Pers. | 5 Pers. | 6 Pers. |
|-------------------------|---------|-----------|----------|-----------|----------|
| Dinkelmehl 1050 | 240 g | 360 g | 480 g | 600 g | 720 g |
| Sojamilch | 320 ml | 480 ml | 640 ml | 800 ml | 960 ml |
| Sprudel | 160 ml | 240 ml | 320 ml | 400 ml | 480 ml |
| Backpulver | 1/2 Pkg | 3/4 Pkg | 1 Pkg | 5/4 Pkg | 1,5 Pkg |
| ODER Natron | 1/2 TL | 3/4 TL | 1 TL | 5/4 TL | 1,5 TL |
| Vanillezucker | 1/2 Pkg | 3/4 Pkg | 1 Pkg | 5/4 Pkg | 1,5 Pkg |
| Speiseöl | 1 TL | 1,5 TL | 2 TL | 2,5 TL | 3 TL |
| Salz | 1 Prise | 1,5Prisen | 2 Prisen | 2,5Prisen | 3 Prisen |
| opt. Rosinen | | | | | |
| opt. Puderzucker | | | | | |
| Speiseöl für die Pfanne | | | | | |

Statt Sprudel kann auch die gleiche Menge Sojamilch verwendet werden. Ideal ist es in diesem Fall, etwas mehr Backpulver zu verwenden.

Erforderliche Geräte

- Rührschüssel (groß)
- Stiel-Pfanne, ideal: Teflon-Pfanne mit Deckel
- großer Löffel
- Schneebesen
- Messbecher 1 Liter
- Großer Teller
- Pfannenwender (Holz od. Kunststoff)
- Suppenteller

Vorgehensweise

1. Zu Anfang mit dem Löffel Mehl, Backpulver, Vanillezucker und Salz vermengen. Dann mit einem 1/3 der Milch verrühren.
2. Nun langsam weitere Milch bzw. Wasser dazutun und mit dem Schneebesen verrühren, am Schluss glatt rühren.
3. Das Ganze sollte jetzt mindestens 20 Minuten quellen.
4. Pfanne auf eine große Herdplatte stellen, etwas Öl hinengießen und vorheizen auf Stufe 6,5 (Skala: 6,5 von 10) für mind. 10 Minuten. Dann erst den Kaiserschmarrn backen.
5. Jeweils eine Kelle in die Pfanne geben und mit geschlossenem Decke erste Seite backen. Nach

ca. 2 Minuten umdrehen und sofort in größere Stücke zerreißen (mit zweiten Pfannenwender), dann den Teig zuende backen.

6. Ist ein Pfannkuchen fertig, wird er auf einem Teller zwischengelagert und ggf. mit Puderzucker verfeinert.
7. Die kleinen Stücke aus der Pfanne auf einem Teller zwischenlagern und ggf. mit Puderzucker versüßen!

From:
<https://wiki.joonet.de/> - **JooNet DokuWiki**

Permanent link:
<https://wiki.joonet.de/doku.php?id=ernaehrung:vega-kaiserschmarrn&rev=1699205407>

Last update: **2023/11/05 17:30**

