

Der vegane Ostertisch

VGT.at
VEREIN GEGEN TIERFABRIKEN



- 250 g weißer Tofu
- 1 EL Margarine
- 1 Schuss Sojacuisine
- 2 gepresste Knoblauchzehen
- 1 kleine Zwiebel fein gehackt
- 2 EL Sojajoghurt
- 1 Bd Schnittlauch und Petersilie
- Salz, Pfeffer

- 500 g Weizenmehl
- 250 ml lauwarme, pflanzliche Milch
- 2 EL Margarine (60% Fettgehalt)
- 1 Pkg Trockengerm
- 3 EL Zucker
- 1/2 TL Salz

- 250 g weißer Tofu
- 50 g Räuchertofu
- 1 kleine, feingehackte Zwiebel
- Curry, Salz, Pfeffer,
- Kala Namak (Schwarzsatz)

FRÜHLINGSAUFSTRICH:

Den Tofu, die Margarine und die Sojacuisine in einem Mixer schön cremig mixen. Die restlichen Zutaten einrühren und kalt stellen. Eignet sich auch gut als Knoblauchsauce, in diesem Fall etwas mehr Sojacuisine dazugeben.

OSTERPINZEN:

Die trockenen Zutaten vermischen, die Margarine schmelzen und mit der lauwarmen Sojamilch verrühren. Mit dem Mehlgemisch gründlich verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen. Zu Pinzen, Striezeln oder Häschen formen und nochmals ca. 1/2 Stunde gehen lassen. Mit Sojamilch bepinseln und bei 180 Grad bei Ober-/Unterhitze backen, bis sie schön goldbraun sind.

VEGANE EIERSPES:

Die Zwiebel mit dem kleinstwürfelig geschnittenen Räuchertofu anbraten, den mit der Gabel zerdrückten weißen Tofu dazu und mitbraten. Etwas Curry oder Kurkuma (wenig) dazu und würzen. Das Schwarzsatz gibt den typischen Eigeschmack, kann aber auch weggelassen werden.

