



Schwarzwälder Kirschtorte

(Andy's Lieblingskuchen)



Zutaten Kuchenteig

- 300 g Datteln (getrocknet) als Süßungsmittel
- 200 ml Wasser (lauwarm) zum Einweichen
- 250 ml Hafermilch
- 1 TI Apfelessig – den Apfelessig in der Hafermilch verrühren – ca. 10 Min. zur Seite stellen
- 250 g Vollkornmehl
- 60 g Mehl Typ 1050
- 60 g gem. Mandeln
- 1 TI Natron
- 1 ½ TI Backpulver
- ¼ TI Vanille
- ¼ TI Salz
- 1 Ei gemahlene Leinsamen
- 100 g Kokosöl

Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



Zubereitung:

- ✓ Datteln mit ca. 200 ml warmem Wasser bedecken und ca. 1 Stunde einweichen – danach pürieren
- ✓ Apfelessig in der Hafermilch verrühren – ca. 10 Min. zur Seite stellen
- ✓ Alle trockenen Zutaten miteinander vermengen
- ✓ Zum Schluss flüssiges Kokosöl zufügen und alles gut verrühren, das geht mit einem Kochlöffel, aber auch mit einem Handrührgerät
- ✓ Teig einfüllen, in eine Springform, über deren Boden Backpapier gespannt ist, den Innenring mit Kokosöl einfetten.
- ✓ Bei 180 °C für ca. 35-45 Min in den Backofen bei Ober- und Unterhitze

Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



Zutaten - Mousse au Chocolat *(schmeckt natürlich auch solo super)*

- 400 g Seidentofu
- 160 g Bitter-Schokolade (Vivani – 92 %) mind. 75 %
- ¼ TI Vanille
- Nach Geschmack Ahornsirup (die Menge hängt auch davon ab, wie süß die Schokolade ist)

Zubereitung:

- ✓ Schokolade schmelzen
 - über warmen Wasserbad
 - in einem geeigneten Gefäß in einer Wärmeschublade *(mein Favourit – weil nix anbrennen oder ansetzen kann)*
 - in einem Topf bei sehr niedriger Temperatur und stetigem Rühren
- ✓ in einem Hochleistungsmixer oder anderem Mixer, zunächst den Seitentofu einfüllen (kalt aus dem Kühlschrank), Vanille und Ahornsirup
- ✓ die geschmolzene Schokolade zugeben (nicht abkühlen lassen, sondern warm zugeben)
- ✓ Alles kräftig durchpürieren, bis es eine homogene Masse ergibt
- ✓ Zur Seite stellen

Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



Zutaten - Sahnecreme

- 2-3 Becher Mandelschlagcreme von Sojana (gibt es im Bioladen, für mich die einzig wahre Alternative zu Sahne, findet Ihr im Kühlregal oder ggf. bestellen, ist nicht billig, aber jeden Cent wert. Für die Wuppertaler, der grüne Laden auf dem Fingscheid bestellt sie ruckzuck für Euch.
- 1 Tl. Vanille
- Ggf. noch Ahornsirup dazu

Zubereitung:

- ✓ Sahne kurz mit Vanille aufschlagen, nach Geschmack ggf. noch etwas Ahornsirup dazu geben

Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



Zutaten - Kirschmasse

- 1 Glas Sauerkirschen (320 g **Abtropfgewicht**)
- Ca. 300 ml Kirschsafft (aus dem Kirschglas)
- 11/2 EL Bio-Geliermittel Konfitura von Biovegan (Ihr könnt natürlich auch ein Anderes nehmen) – ca. 25 g
- Ca. 3 EL Ahornsirup
- 3 EL Zitronensaft
- Nach Geschmack Kirschwasser

Zubereitung – Geliermasse:

- ✓ Kirschsafft in einen kleinen Topf geben
- ✓ Konfitura unter Rühren in den kalten Saft einstreuen
- ✓ Zitronensaft und Ahornsirup zugeben
- ✓ Alles unter Rühren zum Kochen bringen. 3 Min. köcheln lassen, dabei ständig umrühren
- ✓ Wer mag kann Kirschwasser hinzufügen
- ✓ In die gelierte Masse die Kirschen unterheben
 - Vorteil: die Masse kühlt schneller ab, wenn die Kirschen nicht mit erwärmt werden

Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



- **Kuchen fertigstellen**

- ✓ Den fertiggebackenen und ausgekühlten Kuchen 2 mal waagrecht teilen, so dass es einen Boden, ein Oberteil und ein Mittelteil gibt
 - Zerlegt werden kann
 - mit Hilfe eines langen Messers
 - mit Hilfe eines Küchenmessers und eines stabilen Bindfadens (Zwirn)
 - hierfür, den Kuchen auf der entsprechende Höhe einmal ringsum mit einem Messer einschneiden



- dann einen langen Bindfaden – er muss länger sein, als der Radius des Kuchens (Zwirn ist super dafür) in die entstandene Rille einlegen
- vorne überkreuzen



Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



- dann in einer flüssigen Bewegung an beiden Enden gleichzeitig ziehen
 - zu einer Seite rausziehen
- ✓ die beiden unteren Böden können mit Kirschwasser beträufelt werden
- ✓ Auf die erste Schicht – den Boden wird die Kirschmasse aufgebracht, dabei den äußeren Rand ca. 1 Fingerbreit freilassen



- ✓ Sahne im mittleren Bereich auftragen und dann nach außen hin verteilen



Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



- ✓ Falls vorhanden einen Tortenring einsetzen



- ✓ Vorsichtig den Mittelboden einlegen



- ✓ Mousse au Chocolat aufbringen und möglichst gleichmäßig verteilen



Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



- ✓ Kuchendecke(l) vorsichtig einlegen



- ✓ Nochmal eine Schicht Sahne auftragen
- ✓ Schokoladenhobel herstellen und auf die Sahne aufbringen



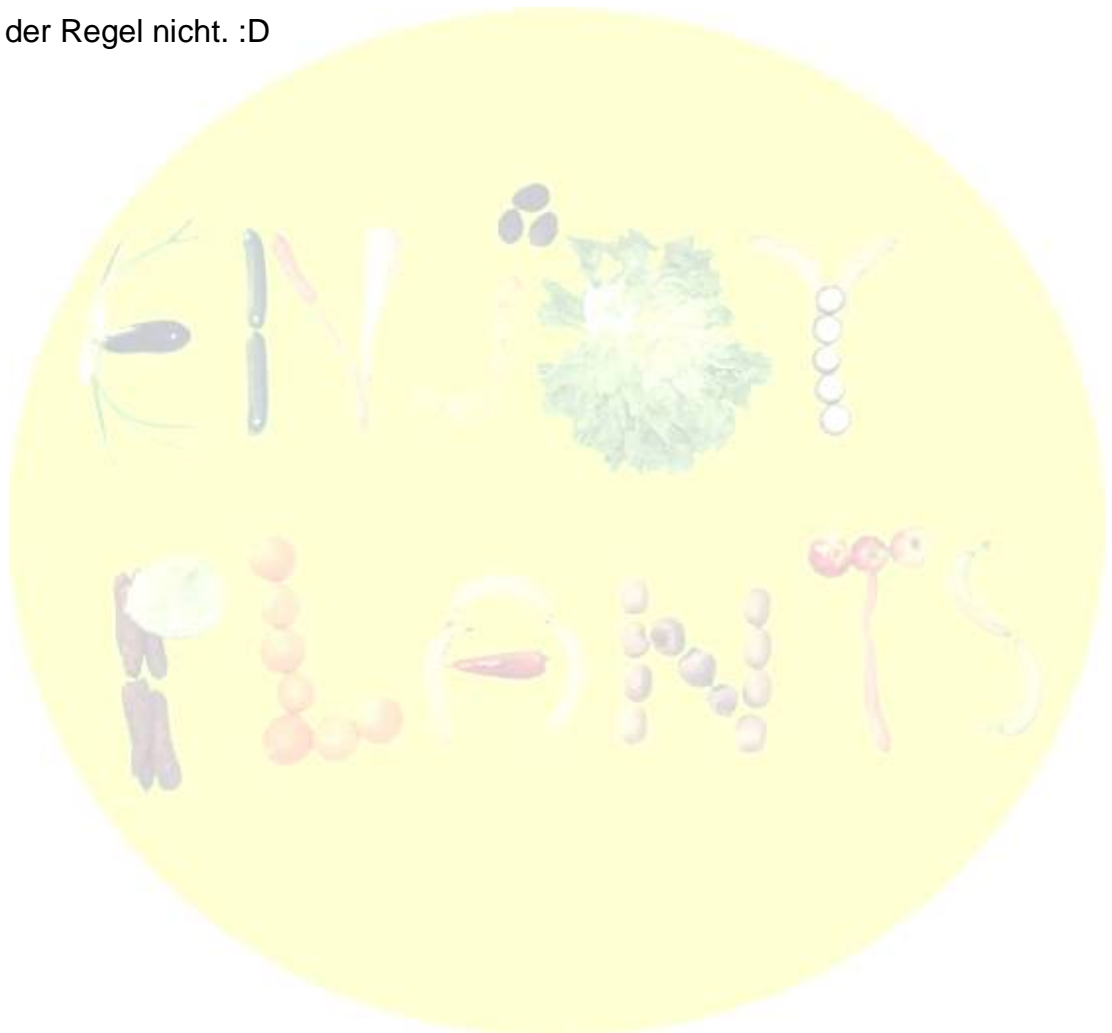
Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



Am besten ein paar Stunden kühlen vor dem Verzehr, klappt aber in der Regel nicht. :D



Sabine Lippertz
Vorm Eickerberg 72
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved