

REZEPT

STUDENTENFUTTER-CHÜECHLI



Küchenmaterial

8 – 12 Silikonformen, Messer, Schneidebrett, Kochlöffel, Becher



Zutaten für 2 Personen

120 g	Studentenfutter
200 g	Weissmehl
1 TL	Backpulver
100 g	Zucker
160 g	Apfelmus
50 g	weiche Margarine
180 g	Sojajoghurt oder vegane Crème fraîche ¹
4 EL	Zitronensaft
½ dl	Sojamilch
1 Prise	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C vorheizen, die Silikonformen mit Wasser ausspülen. Das Studentenfutter grob hacken und in einer Schüssel mit dem Mehl, dem Backpulver und dem Zucker mischen.

Das Apfelmus, die weiche Margarine sowie das Sojajoghurt oder die vegane Crème fraîche unter ständigem Rühren begeben.

Zitronensaft in einen Becher geben, Sojamilch und Salz dazu mischen, 1 Min. stehen lassen.

Dann die Mischung ebenfalls unter ständigem Rühren dem Rest begeben. In die Förmchen füllen und etwa 15–20 Min. backen.

Gut zu wissen:

¹ vegane Crème fraîche: Rezept ebenfalls auf gorilla.ch/vegane-rezepte.



Verknüpfung:

[GORILLA WAH-Lektionen](#)

Alle Unterrichtsmaterialien unterstehen der [Creative Commons Lizenz BY-NC-SA](#).

