



# Vegane Wähe

von André Marty

Mengen für 10 Personen

Quelle: [https://www.bettybossi.ch/de/Rezept/ShowRezept/BB\\_BBKN210712\\_0003A-40-de](https://www.bettybossi.ch/de/Rezept/ShowRezept/BB_BBKN210712_0003A-40-de)

Tags: Vegan

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 500 g Mehl               | Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Margarine in Stücke schneiden, begeben, von Hand zu einer gleichmässig krümeligen Masse verreiben. Wasser begeben, rasch zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. Teig flach drücken, zugedeckt ca. 30 Min. kühl stellen. Teig auf wenig Mehl rund auswallen (ca. 32 cm Ø), ins vorbereitete Blech legen, Boden mit einer Gabel dicht einstechen, kühl stellen. |
| 250 g Margarine          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 1.0 dl Wasser            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 1.5 TL Salz              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 7.5 cl Wasser            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 1.25 kg Gemüse nach Wahl |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 625 g Tofu               | Seiden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 375 g Jogurt             | vergan, z.b. Soja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 50 g Maisstärke/Maizena  | 5 EL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 7.5 g Hefeflocken        | 7.5 EL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 2.5 TL Salz              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 12.5 g Pfeffer           | 1.25 TL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                          | Backen: ca. 35 Min. auf der untersten Rille des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, lauwarm oder kalt servieren                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1.25 kg Gemüse nach Wahl |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

Grundrezept Gemüswähe