



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Blini

Blini sind Pfannkuchen. Man kennt sie in vielen osteuropäischen Ländern. Und je nachdem wo man gerade ist und wen man fragt, kriegt man unterschiedliche Rezepte. Mal sind es eher dünne Fladen, die gerne gefüllt und gerollt werden, mal eher kleine, runde, dicke Küchlein. Allen gemeinsam ist, dass sie mit einem Backtriebmittel gemacht werden, wodurch sie fluffiger sind, als typisch deutsche Eierkuchen. Oft handelt es sich um einen Hefeteig, aber es gibt auch Rezepte mit Sauerteig oder einfachem Backpulver.



Blini mit Butter und Honig

Ich mag sie dick und fluffig. Außen rösch und knusprig vom Backen in der Pfanne und innen ganz weich. Das gelingt mir am besten mit einem backpulverteig. Wenn man sie – wie in vielen Regionen typisch – mit Buchweizenmehl zubereitet, sind sie automatisch glutenfrei.

Blini kann man süß oder auch herzhaft essen. Ganz typisch in unserer deutschen Vorstellung von Blini ist eine der traditionellen Servierformen verankert: mit Sauerrahm und Kaviar oder Lachs.

Mittlerweile gibt es verschieden vegane Sauerrahm oder Sour Creme

Versionen zu kaufen. Welche man nimmt, bleibt ganz dem eigenen Geschmack überlassen. Ich würde aber immer eine wählen, die mit natürlichen Milchsäurebakterien vergoren ist. Das ergibt einen herrlich echten Sauergeschmack. Wer keinen veganen Sauerrahm finden kann, nimmt ungesüßten Sojajoghurt, gießt diesen in ein sauberes Küchentuch, hängt das auf und lässt den Joghurt über Nacht abtropfen. Dadurch verliert dieser Flüssigkeit und wird dicker, eher Quark-ähnlich.



Veganen Kaviar gibt es übrigens bei IKEA zu kaufen. Oder im veganen Fachhandel. Veganen Lachs kann man einfach aus Karotten herstellen. Das Rezept findet ihr auch bei uns auf dem Webseite.





Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Zutaten ca. 20 Stück

75g Mehl

115g Sojajoghurt

½ TL Backpulver

Prise Salz

75ml Sojamilch

1. Alle Zutaten zu einem glatten Teig verrühren. Er sollte nicht zu flüssig sein, aber sich gut in der Pfanne zu kleinen runden Pfannkuchen ausgießen lassen. Ggf. etwas Milch zugeben.
2. In einer Pfanne mit wenig Öl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten schön braun anbraten.
3. Mit Topping der Wahl servieren.

