

# Vegane Pralinen, Schokolade und Nougat

## Hinweise zu den Rezepten:

1. Tierische Zutaten wie Butter, Milch, Sahne, Käse, Quark, Ei und Honig im Rezept wurden bereits durch die jeweils vegane Variante ersetzt. (**Pflanzenmilch, Pflanzensahne, Pflanzlicher „Quark“ und „Käse“, vegane Margarine und Honig durch Zuckerersatz**, siehe Punkt 2)

2. Wo Zucker im Rezept angegeben ist, verwende besser gesunde Zucker - Alternativen, wie **brauner Rohrohrzucker, Agaven - Dicksaft, Ahornsirup, Kokosblütenzucker, Birkenzucker (Xylit), Rosinen oder Datteln (püriert im Mixer) oder Zuckerrohr - Melasse**. Sie enthalten alle wichtigen gesunden Bausteine in der natürlichen Zusammensetzung, die unserer Gesundheit dient. Raffinierter Zucker dagegen schadet dem Körper.

3. Statt raffiniertes Salz nimm lieber vollwertiges natürliches, also gesundes Salz, wie **Steinsalz, Meersalz oder Himalayakristallsalz**, da diese alle natürlichen Elemente enthalten. Informiere dich im Internet, warum z.B. das Himalayakristallsalz so gut für unsere Gesundheit ist.

4. Wo möglich, ist die **Rohkostqualität** natürlich am besten, also unter 42 Grad die Zutaten verarbeiten oder die Produkte daraus, wie Brot, Energieriegel etc. nicht backen, sondern an der Sonne oder im Dörrgerät trocknen. Dann sind sie, richtig aufbewahrt, sehr lange auch haltbar und besitzen alle wertvollen Inhaltsstoffe. Frische Aufstriche (also mit nicht erhitzten Zutaten) sind gekühlt ein paar Tage haltbar. Nur wo es um **Vorratshaltung und länger notwendige Haltbarkeit** geht, sollte die heiße Einfüllmethode und das Erhitzen der Zutaten abgewendet werden.

5. **Öle sollten kalt gepresst** sein, dann sind sie am Hochwertigsten und in Rohkostqualität.

6. Achte auch auf **Bio - Qualität** und möglichst aus regionaler Herkunft, um lange Transportwege zu vermeiden. Wenn du dein Obst, Gemüse und deine Kräuter im **eigenen Permakultur - Garten** selbst anbaust, ist das natürlich am Idealsten ist und besitzt die meiste Energie.

# 1. Vegane Pralinen

Quelle

<https://www.kuechengoetter.de/rezept-galerie/pralinen-und-konfekt>

## 1. Rohe Tartes mit Nougat & Nusskrokant

### Zutaten

#### Für die Creme

- 100 g Cashewnüsse
- 40 g Kokosöl
- 20 g Kakaobutter
- 100 g Haselnüsse
- 40 g Agavendicksaft
- 50 g Dattelpaste
- 15 g Kokosblütenzucker
- 30 g Kakaopulver
- 1 TL Zimtpulver
- 1 Msp. Vanillepulver
- Salz

#### Für die Böden

- 50 g Buchweizen
  - 100 g Walnüsse
  - 40 g Paranüsse
  - 40 g Kokosmehl
  - 30 g Agavendicksaft
  - Salz
  - 1 Msp. Vanillepulver
  - 1 Msp. Zimtpulver
  - 25 g Haselnüsse
  - 1/2 TL Vanillepulver
  - 2 EL Kokosblütenzucker
  - Salz
  - 1/2 TL Agavendicksaft
- 
- Nussmilchbeutel oder Wäschenetz
  - 8 Tarteförmchen (10 cm Ø)
  - Einwegspritzebeutel mit Sterntülle

## Zubereitung

1. Für die Creme die Cashewnüsse in einer Schüssel mit Wasser bedecken und mindestens 4 Std. einweichen. Danach in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen.
2. Für die Böden den Buchweizen in einem Nussmilchbeutel mit Wasser bedeckt mindestens 4 Std. einweichen. In ein Sieb abgießen, abspülen und bei Zimmertemperatur etwa 4 Std. abtropfen lassen.
3. Das Kokosöl und die Kakaobutter in einem warmen Wasserbad schmelzen lassen. Die Haselnüsse im Blender cremig mixen und in eine Schüssel geben.
4. Die Cashewnüsse mit 40 ml Wasser und dem Agavendicksaft im Blender pürieren. Die Haselnusscreme, Dattelpaste, Kokosblütenzucker, Kakaopulver, Zimtpulver, Vanillepulver und 1 Prise Salz untermixen. Die Kokosöl-Kakaobutter-Mischung unter ständigem Mixen langsam einfließen lassen.
5. Die Nugatcreme in einen Einwegspritzbeutel füllen und im Kühlschrank mindestens 10 Std. fest werden lassen.
6. Den Buchweizen, die Walnüsse und die Paranüsse im Blitzhacker fein mahlen. Die Nussmischung mit dem Kokosmehl, Agavendicksaft, 1 Prise Salz, Vanille- und Zimtpulver verkneten.
7. Die Tarteförmchen mit Frischhaltefolie auslegen. Den Teig in acht Portionen teilen und jeweils in einem Förmchen zu einem Boden mit Rand andrücken.
8. Die Böden im Backofen bei 50° (Umluft; Mitte) und leicht geöffneter Ofentür etwa 2 Std. oder im Dörrgerät bei 42° etwa 3 Std. trocknen lassen. Dann etwa 30 Min. abkühlen lassen.
9. Für den Krokant die Haselnüsse mit dem Vanillepulver, Kokosblütenzucker und 1 Prise Salz im Blitzhacker grob zerkleinern. Die Nussmischung in einer Schüssel mit dem Agavendicksaft verrühren.
10. Die Tarteböden aus den Formen heben, die Folie entfernen.
11. Die Nugatcreme in die Tartes spritzen und mit dem Krokant bestreuen.
12. Im Kühlschrank sind die Tartes etwa 1 Woche haltbar.

## 2. Rohe Nuss - Tartelettes

### Zutaten

#### Für die Vanillesauce

- 250 g Cashewnüsse
- 100 g Agavendicksaft
- 1 TL Vanillepulver
- Salz

#### Für die Tartelettes:

- 30 g Buchweizen
- 75 g Walnuskerne
- 25 g Paranüsse
- 20 g Agavendicksaft
- ½ Msp. Vanillepulver
- ½ Msp. Zimtpulver
- Salz
- 60 g Kokosmehl

#### Für die Füllung:

- 20 g Kakaobutter
  - 250 g Haselnüsse
  - 15 g Kokosblütenzucker
  - 30 g Kakaopulver
  - 1 TL Vanillepulver
  - Salz
  - 100 g Agavendicksaft
- 
- 1 Tarteletteförmchen (ca. 6 cm Ø)

## Zubereitung

1. Für die Vanillesauce die Cashewnüsse in einer Schüssel mit Wasser bedeckt mindestens 4 Std. einweichen. Danach in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen.
2. Für die Tartelette-Böden den Buchweizen in einen Nussmilchbeutel füllen und mit Wasser bedeckt mindestens 4 Std. einweichen.
3. Danach in ein Sieb abgießen, abspülen und bei Zimmertemperatur etwa 4 Std. abtropfen lassen.
4. Die Walnüsse mit den Paranüssen im Blitzhacker fein mahlen. Die Nussmischung mit dem Buchweizen, Agavendicksaft, Vanillepulver, Zimtpulver, 1 Prise Salz und Kokosmehl in einer Schüssel zu einem Teig verkneten.
5. Das Tarteletteförmchen mit Frischhaltefolie auslegen, Etwa 1 EL Teig darin am Boden und Rand andrücken (in der Mitte des Tartelettes sollte sich eine Mulde bilden).
6. Den Boden herausheben und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Die Folie entfernen und das Förmchen erneut damit auslegen. Auf die gleiche Weise weitere 11 Tarteletteböden formen und auf Backbleche legen.
7. Die Böden im Backofen bei 50° (Umluft; Mitte) und leicht geöffneter Ofentür etwa 2 Std. oder im Dörrgerät bei 42° etwa 3 Std. trocknen lassen.
8. Für die Nussfüllung die Kakaobutter im warmen Wasserbad schmelzen lassen.
9. Die Haselnüsse in einer Küchenmaschine mit S-Messer zu einer öligen Creme mixen. Kakaobutter, Kokosblütenzucker, Kakaopulver, Vanillepulver und 1 Prise Salz untermixen.
10. Die Masse in einer Schüssel mit dem Agavendicksaft verrühren und in den Tartelettes verteilen.
11. Die Cashewnüsse mit  $\frac{1}{4}$  l Wasser, Agavendicksaft, Vanillepulver und 1 Prise Salz im Blender zu einer feinen Sauce mixen.
12. Kurz vor dem Servieren auf jedes Tartelette einen Klecks Vanillesauce geben.

### 3. Erdnussmus - Pralinen mit Meersalz

#### Zutaten

- 100 g Erdnussmus
- 5 getrocknete Soft-Datteln (ungeschwefelt; ca. 40 g)
- 150 g vrgsnr Bitterschokolade (100 % Kakaogehalt; ersatzweise Schokolade mit Kokosblütenzucker)
- ½ TL feine Meersalzflocken
  
- 24 Pralinenförmchen

#### Zubereitung

1. Das Erdnussmus im Glas glatt rühren, dann entnehmen. Die Datteln grob hacken und mit dem Erdnussmus und 2 EL Wasser in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab zu einer cremigen Paste mixen.

2. Die Paste ca. 20 Min. im Kühlschrank fest werden lassen.

3. Inzwischen die Schokolade hacken und über einem heißen Wasserbad schmelzen.

4. Die Pralinenförmchen auf einem Backblech oder einer Kuchenplatte verteilen. Mit einem Teelöffel oder einem Spritzbeutel mit kleiner Öffnung je 1 TL geschmolzene Schokolade in die Förmchen füllen.

5. Von der Erdnusspaste mit den Händen oder mit einem Teelöffel haselnussgroße Portionen abnehmen und zwischen den Handflächen zu Kugeln rollen. Die Kugeln etwas flach drücken und mittig in die Schokolade in den Förmchen legen.

6. Jede Praline mit 1 TL Schokolade bedecken.

7. Das Backblech ganz leicht auf die Arbeitsfläche stoßen, sodass sich die Schokolade gleichmäßig verteilt.

8. Jede Praline mit 1 Prise Meersalzflocken bestreuen.

9. Die Pralinen bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. auskühlen lassen. Dann mindestens 12 Std. im Kühlschrank aushärten lassen. Die Erdnussmus-Pralinen halten luftdicht verpackt an einem sehr kühlen Ort bis zu 4 Wochen.

## 4. Cookies & Cream - Pralinen

### Zutaten

- 3 Oreo - Kekse "Classic"
- 200 g weiße Schokolade oder Kuvertüre
- optional: 4 TL gefriergetrocknetes Himbeerpulver
  
- (Silikon-) Pralinenform

### Zubereitung

1. Die Füllung mit einem kleinen Messer von den Oreo - Keksen kratzen (und naschen), dazu vorher die zwei Kekshälften leicht gegeneinanderdrehen und aufklappen.
2. Die Kekse fein hacken, die Stücke sollten maximal Erbsengröße haben.
3. Die weiße Schokolade oder Kuvertüre fein hacken, in eine kleine Metallschüssel geben und über einem heißen Wasserbad langsam und sanft unter gelegentlichem Rühren schmelzen. Eventuell jetzt noch das Himbeerpulver unterrühren.
4. Entweder Keksstückchen und die Schokolade oder Kuvertüre gut verrühren und mit einem kleinen Löffel randvoll in die Mulden der Pralinenform füllen.
5. Oder Keksstückchen auf die einzelnen Mulden verteilen, zu zwei Dritteln mit Schokolade oder Kuvertüre bedecken und erst mit einem kleinen Holzstäbchen umrühren (verhindert Lufteinschlüsse), bevor man die Mulden randvoll mit Schokolade oder Kuvertüre auffüllt.
6. Die Form mehrfach sanft auf die Arbeitsfläche stoßen, um eventuelle Luftbläschen zu entfernen.
7. Die Pralinen zum Festwerden ca. 2 Std. in den Kühlschrank stellen.
8. Fertige Pralinen behutsam aus der Form drücken. Luftdicht verschlossen, lassen sie sich wochenlang aufbewahren, am besten schmecken sie leicht gekühlt.

## 5. Nougat - Krokant Pralinen

### Zutaten

#### Für den Blätterkrokant

- 15 g Kakaobutter
- 170 g Haselnuss-Nugat
- 30 g Bittermandel - Nougat (ersatzweise dunkles Mandel - Nougat)
- 100 g Zucker
- 1 TL Zitronensaft
- 35 g kalte vegane Margarine

#### Zum Überziehen

- 400 g dunkle vegane Kuvertüre
- 50 g vegane Milchkuvertüre zum Verzieren
  
- Pralinenrahmen von 15 x 16 cm
- Papierspritzbeutel

### Zubereitung

1. Ein Backblech im auf 50° vorgeheizten, dann ausgeschalteten Backofen vorwärmen. Für den Blätterkrokant die Kakaobutter bei schwacher Hitze schmelzen. Haselnuss- und Bittermandelnugat würfeln und in einem zweiten Topf ebenfalls bei schwacher Hitze schmelzen. Die Kakaobutter unter das Nugat rühren. Den Pralinenrahmen auf Backpapier setzen.
2. Den Zucker mit 30 ml Wasser und dem Zitronensaft in einen Topf geben und haselnussbraun karamellisieren. Die Margarine flöckchenweise unterrühren. Die Nugatmischung mit der Palette auf das Backblech streichen. Den Karamell darüberträufeln und mit der Palette verteilen. Die Masse mit der Palette immer wieder zusammenschlagen und auseinanderstreichen. Je öfter man das macht, umso feiner wird die blättrige Struktur des Krokants.
3. Wenn die Masse eine gleichmäßige Konsistenz erreicht hat, in den Pralinenrahmen füllen und mit der Winkelpalette glatt streichen. Den Blätterkrokant ca. 12 Std. an einem kühlen Ort fest werden lassen. Dann in ca. 49 Quadrate schneiden.
4. Zum Überziehen die dunkle Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 31 - 32° temperieren. Die Pralinen in die Kuvertüre tauchen und auf Backpapier ca. 1 Std. fest werden lassen.
5. Die Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 29 - 30° temperieren. In einen Papierspritzbeutel füllen. Eine kleine Spitze abschneiden und die Pralinen mit Kuvertürefäden verzieren. Ca. 1 Std. fest werden lassen.



## 6. Orangen - Matcha - Pralinen

### Zutaten

- 50 g weiße Kuvertüre
  - 300 g dunkle Kuvertüre (ca. 60 % Kakao)
  - 100 g Bitterorangenmarmelade
  - 90 g weiße Kuvertüre
  - 60 g vegane Sahne
  - ½ TL Matcha - Grüntee - Pulver
- 
- Pralinenform für 28 halbkugelförmige Pralinen
  - Thermometer
  - Papierspritzbeutel
  - Spritzbeutel mit 5-mm-Lochtülle
  - Winkelpalette
  - Spachtel

### Zubereitung

1. Die Mulden der Pralinenform mit einem trockenen Mikrofasertuch oder Küchenpapier sorgfältig auswischen. Für die Hohlkörper die weiße Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 28 - 29° temperieren. In einen kleinen Papierspritzbeutel füllen, eine kleine Spitze abschneiden und feine Linien in die Mulden der Pralinenform ziehen.
2. Die dunkle Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 31 - 32° temperieren. Die Mulden der Pralinenform damit ausgießen, überschüssige Kuvertüre abtropfen lassen und die Hohlkörper mind. 2 Std. fest werden lassen. Restliche Kuvertüre für später beiseitestellen.
3. Für die Füllung die Marmelade mit dem Pürierstab fein pürieren und in den Spritzbeutel füllen. Die Mulden jeweils zu einem Drittel damit befüllen. Die weiße Kuvertüre hacken. Die Sahne aufkochen, vom Herd nehmen und das Matcha-Grüntee-Pulver einrühren. Die gehackte Kuvertüre dazugeben und unter Rühren schmelzen. Die Ganache mithilfe des Spritzbeutels jeweils bis ca. 1 mm unter den Rand in die Mulden füllen. Zugedeckt ca. 12 Std. an einem kühlen Ort fest werden lassen.
4. Die übrige dunkle Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 31 - 31° temperieren. Die Kuvertüre zügig auf der Oberfläche der Form verteilen und mit der Winkelpalette verstreichen, so dass jede Mulde mit Kuvertüre verschlossen ist. Überschüssige Kuvertüre mit dem Spachtel abstreifen.
5. Die Pralinen ca. 1 Std. fest werden lassen, dann vorsichtig aus der Form klopfen .

## 7. Pflaumen - Konfekt mit Mandelkrokant

### Zutaten

- 50 g getrocknete Pflaumen
- 30 ml Portwein (ersatzweise Sherry)
- 50 g gehackte Mandeln oder Nüsse
- 50 g dunkle Schokolade (70%)
- 100 g Vegane Schokolade (37%)
- 50 g Pflanzen - Sahne
- 50 g Zucker
- 100 g gehackte Mandeln
- 1 Spritzbeutel
- Pralinenförmchen oder Backpapier

### Zubereitung

1. Die Pflaumen fein hacken und über Nacht im Portwein einweichen.
2. Die Mandeln in einer trockenen Pfanne rösten, bis sie duften. Anschließend abkühlen lassen und unter die Pflaumen mischen.
3. Die Schokoladen hacken.
4. Sahne aufkochen und über die Schokoladen gießen. Unter Rühren darin auflösen.
5. Wenn die Masse zu schnell abkühlt, kurz im heißen Wasserbad wieder erwärmen.
6. Die Pflaumen - Nuss - Mischung unterrühren.
7. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen, in Pralinenförmchen spritzen oder mit einem Teelöffel kleine Häufchen auf Backpapier setzen. 12 Std. bei Raumtemperatur fest werden lassen.
8. Inzwischen den Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Zucker mit 50 ml Wasser aufkochen. Die Mandeln unterrühren.
9. Backblech mit Backpapier auslegen, die Mandelmasse daraufgießen und verteilen. Im Backofen 15 Min. (Mitte) backen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Den Krokant in kleine Stücke brechen, auf dem Konfekt verteilen und leicht andrücken.

## 8. Puffreis - Konfekt

### Zutaten

- 100 g weiße vegane Schokolade
- 20 g Kokosfett
- 1 EL Puderzucker
- 50 g Puffreis (auch Naturreis, Reformhaus)

### Zubereitung

1. Die Schokolade in Stücke brechen.
2. mit dem Kokosfett im heißen Wasserbad schmelzen.
3. Puderzucker in einer Pfanne schmelzen lassen.
4. Den Puffreis darin kurz anrösten.
5. Dann den Puffreis mit der geschmolzenen Schokolade gut vermischen.
6. Ein flaches Gefäß oder ein Blech mit Backpapier belegen.
7. Von der Schokomasse mit 2 Teelöffeln kleine Häufchen auf das Blech setzen.
8. An einem kühlen Ort 2 Std. trocknen lassen.

## 9. Schoko - Mandel - Pralinen

### Zutaten

- 40 g gehackte Mandeln
- 40 g getrocknete Datteln
- 100 g vegane Zartbitterkuvertüre
- 1 EL vegane Margarine
- 35 g Puderzucker
- 30 g gemahlene Mandeln

### Zubereitung

1. Die gehackten Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten, bis sie anfangen zu duften.
2. Dann sofort aus der Pfanne nehmen und auf einen Teller geben, damit sie nicht nach bräunen.
3. Die Datteln entsteinen und in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab zerkleinern, bis eine möglichst feine und zähe Paste entstanden ist.
4. Die Kuvertüre mit einem Messer oder Wiegemesser hacken. Einen Topf zur Hälfte mit Wasser füllen. Das Wasser erhitzen, aber nicht aufkochen. Ein passendes Schälchen auf den Topf setzen.
5. Die gehackte Kuvertüre hineingeben und über dem heißen Wasserbad schmelzen, dabei immer mal wieder umrühren und darauf achten, dass kein Kochwasser in die Kuvertüre gelangt.
6. Die Margarine zur Kuvertüre geben und mit einem Löffel gut verrühren, bis die Margarine geschmolzen ist.
7. Die Kuvertüremischung vom Wasserbad nehmen, den Puderzucker vollständig unterrühren. Dann die gemahlene Mandeln unterrühren. Die Dattelpaste dazugeben und mit einer Gabel einarbeiten, sodass eine gleichmäßige cremige Masse entsteht.
8. Aus der Schokomasse mit den Händen walnussgroße Kugeln formen. Die Kugeln in den gerösteten Mandeln wälzen und auf einem flachen Teller ablegen.
9. Die Pralinen für ca. 1 Std. in den Kühlschrank stellen, dann genießen.

## 10. Quitten - Orangen - Konfekt

### Zutaten

- 2 kg Quitten
- 1 kg Zucker
- 1 Bio-Orange
- Backpapier und Öl für das Blech
- grober Zucker zum Bestreuen

### Zubereitung

1. Die Quitten mit einem Tuch gründlich abreiben. Die Stiele und Blütenansätze entfernen. Die Früchte vierteln und in einem Topf mit Wasser bedeckt ca. 50 Min. kochen lassen.
2. Quitten in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dann durch das Sieb streichen.
3. 1 kg Mark abwiegen und mit dem Zucker in einen Topf geben.
4. Orange heiß waschen, abtrocknen, 1 EL Schale abreiben, Saft auspressen.
5. Saft und Schale zum Quittenmark geben und unter Rühren kochen, bis sich die Masse vom Topfboden löst.
6. Ein Backblech mit Backpapier belegen und mit Öl bestreichen.
7. Die Quittenmasse 1 cm dick aufstreichen und ca. 2 Tage trocknen lassen,
8. einmal wenden, sobald die Oberfläche trocken ist.
9. Quittenbrot in Würfel oder Rauten schneiden und mit Zucker bestreuen.

# 11. Heidelbeertrüffel

## Zutaten

- 500 g weiße Kuvertüre
- 100 g TK-Heidelbeeren
- Zimtpulver
- 80 g zimmerwarme Pflanzenmargarine
- 250 g gesiebter Puderzucker
- Spritzbeutel mit 12-mm-Lochtülle
- Thermometer

## Zubereitung

1. Für die Ganache 200 g Kuvertüre mit einem großen Messer fein hacken.
2. Die Heidelbeeren antauen lassen, 1 Prise Zimt dazugeben (nach Belieben auch etwas mehr) und die Beeren fein pürieren.
3. Das Beerenpüree in einen Topf geben und erhitzen.
4. Die gehackte Kuvertüre dazugeben und unter Rühren schmelzen.
5. Die Masse in eine Schüssel füllen und mit Folie abgedeckt an einem kühlen Ort mind. 6 Std. fest werden lassen.
6. Ganache und Margarine separat mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig aufschlagen. Die Ganache nach und nach unter die Margarine schlagen.
7. Die Mischung in einen Spritzbeutel füllen und ca. 35 Tupfen auf ein Backpapier spritzen.
8. An einem kühlen Ort ca. 2 Std. fest werden lassen. Spitzen mit einer feuchten Fingerspitze flach drücken.
9. Zum Überziehen die restliche Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 28 - 29° temperieren.
10. Die Trüffel in einer Handfläche mit Kuvertüre überziehen, dann im Puderzucker wälzen und auf Backpapier ca. 1 Std. fest werden lassen.

## 12. Nougatpralinen mit kandierten Früchten

### Zutaten

- 350 g Nussnougat
- 150 g vegane Zartbitterschokolade
- 1 EL frisch gebrühter Espresso
- 50 g Pinienkerne
- 150 g schwach kandierte Früchte (aus dem Frucht- oder Reformhaus, z. B. Melone und Aprikosen, ersatzweise 100 g normal kandierte Orangen oder 100 g weiche Trockenaprikosen)
- 200 g vegane Zartbitterkuvertüre

### Zubereitung

1. Das Nussnougat in eine Metallschüssel legen. Die Schokolade in Stücke brechen und mit dem Espresso dazugeben.
2. Im heißen Wasserbad schmelzen lassen. Dabei immer wieder umrühren, so geht es schneller und schön gleichmäßig.
3. Die Pinienkerne in einer Pfanne bei mittlerer Hitze unter Rühren goldbraun rösten.
4. Kandierte Früchte in kleine Würfel schneiden. Das geht am besten, wenn man das Messer immer wieder in lauwarmes Wasser taucht, dann pappt es nicht so an den klebrigen Früchten fest.
5. Eine flache Form (etwa 15 × 15 cm) mit Klarsichtfolie auskleiden.
6. Pinienkerne und kandierte Früchte unter die Nougatmasse rühren. In die Form füllen und glatt streichen. In etwa 2 Stunden ganz fest werden lassen.
7. Dann die Kuvertüre fein hacken und ebenfalls im Wasserbad schmelzen.
8. Die Nougatmasse aus der Form heben, Folie abziehen. Das Nougat in etwa 3 cm große Würfel schneiden.
9. Ein Backblech oder ein großes Brett mit Butterbrot- oder Backpapier auslegen. Nougatwürfel einzeln auf eine Gabel legen, mit der Unterseite in die Kuvertüre tauchen und auf das Papier setzen. Wieder mindestens 1 Stunde trocknen lassen, dann sind die Pralinen fertig. Was nicht gleich gegessen wird, im Kühlschrank aufheben.

## 13. Dattelkonfekt

### Zutaten

- 1 unbehandelte Zitrone
- 90 ml Orangensaft
- 250 g Dattelpaste
- 1 TL gemahlener Kardamom
- 100 g getrocknete feste Aprikosen
- 80 g Amarettini
- 150 g Walnuskerne
- 3 EL grober brauner Zucker

### Zubereitung

1. Die Zitrone heiß waschen, trockenreiben, die Schale fein abreiben und 2 TL Saft auspressen.
2. Orangen- mit Zitronensaft aufkochen.
3. Die Dattelpaste klein schneiden und im Orangensaft bei mittlerer Hitze schmelzen, dabei öfter umrühren.
4. Die Mischung abkühlen lassen. Die Zitronenschale und das Kardamom unterrühren.
5. Die Aprikosen sehr fein würfeln. Die Amarettini im Blitzhacker zu Krümeln verarbeiten. 50 g Walnuskerne grob hacken. Den Rest fein mahlen und die Hälfte beiseite stellen.
6. Alles bis auf die Hälfte der beiseite gestellten Nüsse gründlich miteinander vermischen und ca. 30 Min. ruhen lassen.
7. Mit einem Teelöffel kleine Mengen abstechen und diese zu Kugeln formen (ca. 2,5 cm Ø). Die Menge ergibt ca. 70 Stück.
8. Die übrigen gemahlene Walnüsse mit Zucker mischen. Die Kugeln darin wälzen.
9. Das Konfekt in einer Blechdose zwischen Schichten von Pergamentpapier aufbewahren.



# 14. Dunkle Trüffel

## Zutaten

- 250 g dunkle vegane Kuvertüre mit 65 % Kakao (z. B. Maracaibo)
- 175 g vegane Sahne
- 80 g zimmerwarme Pflanzenmargarine
- 300 g dunkle vegane Kuvertüre mit 65 % Kakao (z. B. Maracaibo)
- 250 g dunkles Kakaopulver (schwach entölt)
- Spritzbeutel mit 12-mm-Lochtülle
- Thermometer

## Zubereitung

1. Für die Ganache die Kuvertüre mit einem großen Messer hacken.
2. Die Sahne in einer Stielkasserolle aufkochen und vom Herd nehmen. Die Kuvertüre dazugeben und unter Rühren in der Sahne schmelzen.
3. Die Masse in eine Schüssel füllen, mit Folie abdecken und an einem kühlen Ort (aber nicht im Kühlschrank) ca. 6 Std. fest werden lassen lassen.
4. Die Margarine in eine Rührschüssel geben und mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig schlagen. Die Trüffelmasse ebenfalls aufschlagen, die Margarine nach und nach unterschlagen.
5. Die Trüffelmasse in den Spritzbeutel füllen und ca. 50 Tupfen auf ein Backpapier spritzen.
6. Die Tupfen an einem kühlen Ort ca. 2 Std. fest werden lassen.  
  
Die Spitzen der Trüffel mit einer feuchten Fingerspitze vorsichtig flach drücken.
7. Die Kuvertüre zum Überziehen hacken und über dem Wasserbad schmelzen. Auf 31 - 32° temperieren.
8. Das Kakaopulver in eine Schüssel sieben.
9. Zum Überziehen jeweils etwas flüssige Kuvertüre in eine Handfläche geben, eine Trüffelkugel darin wenden, sofort im Kakaopulver ablegen und darin wälzen (Bild 3). Die Trüffel nebeneinander auf Backpapier legen und ca. 2 Std. fest werden lassen.

# 15. Zitronentrüffel

## Zutaten

- 500 g weiße Kuvertüre
- 2 – 3 große, saftige Zitronen
- 80 g zimmerwarme Pflanzenmargarine
- 250 g gesiebter Puderzucker
- Spritzbeutel mit 12 mm Lochtülle
- Thermometer

## Zubereitung

1. Für die Ganache 200 g Kuvertüre mit einem großen Messer fein hacken.
2. Die Zitronen auspressen und den Saft durch ein feines Sieb gießen. 80 g Zitronensaft abwiegen, in einen Topf geben und erhitzen.
3. Die gehackte Kuvertüre unter den Saft rühren und dabei schmelzen.
4. Wenn sich Kuvertüre und Zitronensaft gut vermischt haben, die Masse in eine Schüssel füllen und mit Folie abgedeckt an einem kühlen Ort mind. 6 Std. fest werden lassen.
5. Ganache und Margarine separat mit den Quirlen des Handrührgeräts luftig aufschlagen.
6. Dann die Ganache nach und nach unter die Margarine schlagen.
7. In einen Spritzbeutel füllen und ca. 35 Tupfen auf ein Backpapier spritzen.
8. An einem kühlen Ort ca. 2 Std. fest werden lassen.
9. Die Spitzen mit einer feuchten Fingerspitze flach drücken.
10. Zum Überziehen die restliche Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 28 - 29° temperieren.
11. Die Trüffel in einer Handfläche mit Kuvertüre überziehen, anschließend im Puderzucker wälzen und auf Backpapier ca. 1 Std. fest werden lassen.

## 16. Rahmpralinen mit Kakaonibs

### Zutaten

- 650 g dunkle Kuvertüre mit 64 % Kakao (z. B. Madagascar)
- 185 g vegane Sahne
- 1 TL Zimtpulver
- 50 g vegane Margarine
- 30 g Kakaonibs
  
- Pralinenrahmen von 12 x 25 cm
- Winkelpalette
- Thermometer
- Strukturfolie

### Zubereitung

1. Für die Ganache 250 g Kuvertüre hacken.
2. Die Sahne in einer Stielkasserole aufkochen, Zimt einrühren. Vom Herd nehmen.
3. Zuerst die gehackte Kuvertüre, dann die Margarine in der Zimtsahne unter Rühren schmelzen. Kakaonibs unterrühren.
4. Den Pralinenrahmen auf Backpapier setzen, die Ganache einfüllen und mit der Winkelpalette glatt streichen.
5. Mit Folie abdecken und ca. 12 Std. an einem kühlen Ort fest werden lassen.
6. Den Rahmen mit einem Messer von der Ganache lösen und vorsichtig entfernen.
7. Die Ganache in ca. 50 Rechtecke schneiden.
8. Zum Überziehen die restliche Kuvertüre hacken, schmelzen und auf 31 - 32° temperieren.
9. Die Pralinen einzeln in die Kuvertüre tauchen und auf Backpapier absetzen. Mit passend zurechtgeschnittener Strukturfolie bedecken, diese ganz leicht andrücken.
10. Die Pralinen mind. 1 Std. fest werden lassen, dann die Folie abziehen.

# 17. Brownie - Pralinen mit Haferflocken und Mandelmus

## Zutaten

- 2 EL Kokosraspel
- 2 EL ungesüßtes, schwach entöltes Kakaopulver
- 2 EL zarte Haferflocken
- 1 TL Chia-Samen (nach Belieben)
- 1 Prise Salz
- 2 EL Mandelmus
- 2 EL Ahornsirup
- Kokosraspel (nach Belieben)

## Zubereitung

1. Die Kokosraspel mit Kakaopulver, Haferflocken, nach Belieben mit Chiasamen und Salz in einer kleinen Schüssel mit einem Löffel vermischen.
2. Das Mandelmus und den Ahornsirup dazugeben und unterrühren, bis alle Zutaten gut gebunden sind.
3. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen 5 Kugeln formen und nach Belieben in Kokosraspeln wälzen.
4. Die Brownie - Pralinen in eine Box mit Deckel legen.
5. Die Box verschließen und die Pralinen für ca. 2 Std. in den Kühlschrank stellen, bis sie fest sind.

# 18. Erdnuss - Fudge

## Zutaten

- 50 g gesalzene, geröstete Erdnüsse
- 100 g vegane Kuvertüre (36 % Kakao)
- 30 g vegane Margarine
- 250 g Zucker
- 100 g vegane Sahne
- Backrahmen von ca. 13 x 20 cm
- Zuckerthermometer
- Schüssel mit Eiswasser
- Spachtel (Silikon)

## Zubereitung

1. Den Rahmen in der angegebenen Größe auf Backpapier setzen.
2. Die Erdnüsse grob hacken.
3. Die Kuvertüre klein hacken und mit der Margarine auf dem heißen Wasserbad schmelzen.
4. Zucker, vegane Sahne und die Margarine - Kuvertüre - Mischung in einen Topf geben und bei schwacher Hitze erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.
5. Dann auf starke Hitze schalten und die Mischung auf 115° kochen.
6. Den Topf vom Herd nehmen und sofort in der Schüssel mit dem Eiswasser abschrecken, herausnehmen.
7. Die Masse unter gelegentlichem Rühren auf 45°-50° abkühlen lassen.
8. Dann mit einem Silikonspatel kräftig schlagen, bis die Masse dicker wird und eine leicht kristalline Struktur annimmt.
9. Die gehackten Erdnüsse unterrühren. Die Masse in den Rahmen füllen, mit Frischhaltefolie abdecken und bei Zimmertemperatur über Nacht fest werden lassen.
10. Dann in ca. 2 × 3 cm große Stücke schneiden und einzeln in Zellophanfolie wickeln.

Quelle

[https://www.veganevibes.de/rezepte/#rezepte+wprm\\_course:suesses](https://www.veganevibes.de/rezepte/#rezepte+wprm_course:suesses)

## 19. Vegane Raffaello Pralinen

### Zutaten

- 27 g Kokosnussöl
- 52 g Kokosnussmus
- 46 g Cashewnussmus
- 21 g Ahornsirup
- 1 Prise Bourbon Vanille gemahlen
- 12 Stück Mandelkerne geschält
- 45 g Kokosnussraspeln

### Zubereitung

1. Wasserbad vorbereiten und erhitzen.
2. Kokosöl, Kokosnussmus und Cashewnussmus in eine Schüssel geben und über dem Wasserbad vorsichtig erwärmen, bis sich alle Zutaten gut verbunden haben. Hitze wegnehmen, Vanille und Ahornsirup dazugeben.
- 3.. In einen Hochleistungsmixer geben und zu einer feinen Creme verarbeiten. Zurück in die Schüssel geben und für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen, damit die Maße vollständig auskühlen kann.
3. Sobald die Maße hart ist, aus dem Kühlschrank nehmen und mit einem Teelöffel zu 12 gleichmäßige Pralinen formen.  
In die Mitte jeweils eine Mandel drücken, zu einer Kugel formen und in Kokosraspeln wälzen.
4. Die fertigen Pralinen im Kühlschrank fest werden lassen und nach Belieben naschen. Sollte tatsächlich etwas übrig bleiben im Kühlschrank bis zu einer Woche luftdicht verschlossen aufbewahren, im Gefrierschrank bis zu einem Monat.

## 20. Vegane Schoko Eier

### Zutaten

#### Für die Füllung

- 200 g Medjool Datteln falls die Datteln recht trocken sind, 15 Minuten in heißem Wasser einlegen, abgießen und dann verwenden
- 160 ml Wasser
- 120 g Erdnussbutter oder eine andere Nussbutter nach Wahl
- 120 g Mandelmehl mehr nach Bedarf, alternativ Kokosmehl verwenden
- Optional eine Prise Salz
- Optional ¼ TL Bourbon Vanille

#### Für den Schoko - Überzug

- 150 g dunkle vegane Schokolade grob gehackt
- Optional 13-26g Kakaobutter, 1-2 EL, zum Verflüssigen der Schokolade

### Zubereitung

1. Medjool Datteln und Wasser in einen Hochleistungsmixer geben und auf höchster Stufe zu einer feinen Creme verarbeiten.
2. Erdnussbutter dazu geben und noch einmal mixen, bis sich alles gut verbunden hat. Mandelmehl dazugeben und noch einmal auf niedriger Stufe mixen, bis ein feiner Teig entstanden ist. Optional eine Prise Salz und/oder Bourbon Vanille dazugeben.
3. Falls der Teig zu breiig ist, einen Tick mehr Mehl dazugeben. Falls zu flüssig, einen Tick mehr Wasser. Vorsichtig dosieren. Der Teig sollte so fest sein, dass er sich ohne Probleme Portionieren lässt. Teig in eine Schüssel umfüllen.
4. Mit einem Eisportionierer oder Löffel in gleich große Portionen abtrennen. TIPP: Eisportionierer oder Löffel immer wieder in Wasser tauchen, dann geht das Portionieren einfacher.
5. Portionen mit der Hand noch einmal halbieren und zu Eiern formen. Sobald alle Eier geformt sind, in den Gefrierschrank geben und 20 Minuten fest werden lassen.
6. Schokolade über dem Wasserbad vorsichtig schmelzen. Bei Bedarf 1-2 EL Kakaobutter hineinrühren, so wird die Schokolade dünnflüssiger und lässt sich einfacher überziehen. Sobald die Schokolade geschmolzen ist, Eier aus dem Gefrierschrank nehmen und einzeln überziehen. Auf einem Abtropfgitter oder Backpapier fest werden lassen.

Haltbar bis zu einer Woche im Kühlschrank. Gekühlt genießen am besten!

## 21. Vegane Schoko Crossies

### Zutaten

- 200 g dunkle vegane Schokolade oder eine andere vegane Schokolade nach Wahl
- 80 g Cornflakes
- 80 g Mandelstifte

### Zubereitung

1. Vegane Schokolade vorsichtig im Wasserbad schmelzen. Nicht zu heiß werden lassen, ansonsten kann sich die Schokolade beim abkühlen Flecken bilden.
2. Zusammen mit den Cornflakes, Mandelstiften und der geschmolzenen Schokolade in eine Schüssel geben.
3. Mit einem Löffel oder Silikonschaber so lange Rühren, bis sich alles gut verbunden hat.
4. Mit einem Löffel kleine Häufchen abtrennen und auf eine Silikonunterlage geben.
5. So lange wiederholen, bis alles aufgebraucht ist.
6. Bei Zimmertemperatur circa 30 Minuten fest werden lassen.



## 22. Rocher (vegan)

### Zutaten

- 75 g dunkle vegane Schokolade
- 75 ml Kokosnussmilch Bei Raumtemperatur gelagert, gut schütteln damit sich Flüssigkeit und Fett verbinden
- 30 ml Ahornsirup
- 90 ml Haselnussbutter
- 1 Prise Bourbon Vanille gemahlen
- Optional: eine Prise Meersalz
- Optional: 1 TL lösliches Kaffeepulver
- 10 Stück Haselnusskerne geröstet oder roh
- Zum Rollen:
- 65 g Haselnüsse geröstet und klein gehackt

### Zubereitung

1. Wasserbad vorbereiten und erhitzen. Schokolade klein hacken und im Wasserbad schmelzen. Sobald die Schokolade geschmolzen ist, Hitze wegnehmen, aber Schüssel weiter über dem Wasserbad lassen.

2. Kokosnussmilch, Haselnussbutter, Ahornsirup, Vanille, optional Salz und Kaffee dazugeben und mit einem Holzlöffel so lange verrühren, bis sich alles geschmeidig verbunden hat. TIPP: Wenn das Ganze etwas zu Flocken beginnt kein Problem, einfach immer weiter rühren bis sich alles zu einer cremigen Masse verbunden hat.

3. Mischung kurz abkühlen lassen und dann (am besten über Nacht) in den Kühlschrank stellen, bis die Masse hart geworden ist.

4. Aus dem Kühlschrank nehmen und mit einem Teelöffel zu 10 gleichmäßigen Pralinen formen. In die Mitte jeweils eine Haselnuss drücken, zu einer Kugel formen und in den gehackten Mandeln wälzen.

5. Die fertigen Pralinen im Kühlschrank fest werden lassen und nach Belieben naschen.

6. Sollte (was ich nicht glaube) etwas übrig bleiben im Kühlschrank bis zu einer Woche luftdicht verschlossen aufbewahren, im Gefrierschrank bis zu einem Monat.

## 23. Chai - Schokoladen Trüffel

### Zutaten

- 500 g dunkle vegane Schokolade
- 400 ml Kokosnussmilch
- 1 EL Chai Tee lose (oder 3 Teebeutel)
- Rohes Kakaopulver nach Belieben

### Zubereitung

1. Schokolade fein hacken und in eine hitzebeständige Schüssel geben.  
500 g dunkle vegane Schokolade
2. Im Wasserbad vorsichtig schmelzen, auf keinen Fall zu heiß werden lassen.
3. Kokosnussmilch in einem weiteren kleinen Topf zusammen mit dem Chai Tee kurz aufkochen, dann Hitze wegnehmen und bei kleiner Flamme 10 Minuten ziehen lassen.
4. Nach Ablauf der Ziehzeit durch ein Sieb geben (oder Teebeutel herausnehmen) und die Chai Milch über die geschmolzene Schokolade geben.
5. So lange rühren, bis eine schöne, gleichmäßige Masse entstanden ist. Falls es am Anfang ein wenig zu klumpen beginnt, kein Problem. Einfach so langeiterrühren, bis sich alles gleichmäßig verbunden hat.
6. In den Kühlschrank stellen, bis die Masse schön fest geworden ist (mindestens 30 Minuten, idealerweise über Nacht).

## 24. Vegane Nougatkugeln

### Zutaten

#### Für den Teig

- 1 Leinsamenei aus 1 EL Leinsamenschrot + 2,5 EL heißes Wasser, alternativ Sojamehl
- 200 g veganes Nuss - Nougat
- 300 g feines Dinkelmehl Typ630 oder Weizenmehl Typ 550 gerne gemischt
- 100 g vegane Margarine
- 1 TL Backpulver
- ½ TL Zimt gemahlen
- ½ TL Bourbon Vanille gemahlen
- Eine Prise Salz
- 1 EL Mandelmilch je nach Bedarf schlückchenweise mehr
- 125 g Nougat mehr nach Belieben

#### Zum Verzieren

- 100 g vegane Zartbitter - Kuvertüre geschmolzen

## Zubereitung

1. Leinsamenei ansetzen und beiseite stellen.
2. Ofen auf 180 Grad (Ober-/Unterhitze) oder 160 Grad (Heißluft) vorheizen und ein Backblech mit einer Dauerbackmatte (oder Backpapier) auslegen.
3. Für den Teig Leinsamen Ei, Dinkelmehl, veganes Nougat, Backpulver, vegane Margarine, Zimt, Vanille und Meersalz in eine Schüssel oder Küchenmaschine geben.
4. Mit den Händen oder Teigprogramm zu einem glatten Teig verarbeiten. Der Teig sollte eine gute Festigkeit haben und sich gut formen lassen
5. Falls der Teig zu weich ist, etwas mehr Mehl, falls zu fest, einen Schluck mehr Pflanzenmilch dazugeben.
6. Teig zu einem großen Klumpen formen, dann längs halbieren, vierteln und achteln. Dann in 80 gleiche Teile schneiden.
7. Nougat für die Füllung in 80 gleiche Teile schneiden oder nach Gefühl füllen.
8. Je ein Teigstück nehmen, flach drücken, das Nougatteil daraufsetzen und mit dem Teig umschließen.
9. Noch einmal kurz zwischen den Händen zu einer Kugel formen und auf das Backblech geben.
10. Wiederholen bis der ganze Teig verbraucht ist.
11. In den Ofen schieben und 12 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und vollständig abkühlen lassen.
12. In der Zwischenzeit die vegane Kuvertüre vorsichtig über dem Wasserbad schmelzen und die Kugeln damit verzieren.
13. Gleich verschenken oder genießen!
14. Hält in einer gut verschließbaren Dose etwa 3 Wochen.

## 25. Vegane Bounty

### Zutaten

- 90 ml Kokosnussöl geschmolzen
- 45 ml Agavensirup bitte keinen Ahornsirup verwenden, damit wird die Füllung leicht bräunlich
- 200 g Kokosnus raspeln
- 75 g Mandelmehl alternativ gemahlene Mandeln verwenden
- ¼ TL Bourbon Vanille gemahlen
- Eine Prise Meersalz
- 200 g vegane dunkle Schokolade
- Optional 30g Kakaobutter geschmolzen, macht den Überzug etwas flüssiger

### Zubereitung

1. Kokosnussöl und Agavensirup in einen kleinen Milchtopf geben und bei mittlerer Hitze erwärmen, bis das Öl geschmolzen und sich alles gut verbunden hat.

2. In einer Schüssel Kokosraspeln, Mandelmehl, Bourbon Vanille und Meersalz vermischen. Kokosöl-Agavensirup Mischung dazugeben und einmal gut durchrühren, bis sich alles miteinander verbunden hat und eine lockere Masse entsteht.

3. Backpapier auf ein Backblech legen, Kokosmasse darauf geben und mit den Händen zu einem 20x20 cm großen Quadrat formen.

4. Backblech in den Gefrierschrank stellen und 20 Minuten härten lassen. Bei wem das Backblech nicht in den Gefrierschrank passt, einfach auf eine kleinere gefrierfeste Unterlage geben.

5. In der Zwischenzeit dunkle Schokolade über dem Wasserbad schmelzen und (optional) Kakaobutter einrühren. Nach 20 Minuten Kokosnussmasse aus dem Gefrierschrank nehmen und mit einem Messer portionieren. Bei mir wurden es 16 Riegel.

7. Einzeln mit Schokolade überziehen und nach Lust und Laune ein Muster in die Schokolade ziehen. Im Kühlschrank vollständig aushärten lassen. Genießen!

9. Luftdicht verschlossen im Kühlschrank halten die Riegel bis zu 2 Wochen.

## 2. Vegane Schokolade

Quelle

<https://www.smarticular.net/vegane-schokolade-selber-machen-tafelschokolade/>

Zum Glück ist es gar nicht schwer, vegane Schokolade selber zu machen. Wird das enthaltene Superfood "Kakao" in Rohkostqualität verwendet, ist die selbst gemachte Schokolade sogar richtig gesund...

### 1. Vegane Schokolade

#### Zutaten für Grundrezept (eine Tafel Schokolade à 200 Gramm)

- **125 g Kakaobutter** (im Bioladen oder online erhältlich)
- **50 g ungesüßtes Kakaopulver bzw. Rohkakao** (oder auch deutlich mehr für eine kräftigere, dunklere Schokolade)
- **2-3 EL Ahornsirup** oder eine andere Zuckeralternative, je nach Geschmack auch mehr (handelsübliche Schokolade besteht bis zur Hälfte aus Zucker)
- Tipp: Alternativ kann die Kakaobutter auch ganz oder teilweise durch **Kokosöl** ersetzt werden. Wegen des niedrigeren Schmelzpunktes ist diese Schokolade besonders weich und schmilzt schneller auf der Zunge. Schokolade mit Kokosöl wird deswegen am besten im Kühlschrank aufbewahrt.
- Tipp: Vegane weiße Schokolade lässt sich ebenfalls selber machen, indem im Rezept das dunkle Kakaopulver durch **60 Gramm Cashewmus oder weißes Mandelmus** ersetzt wird. Als Zuckerersatz dann eine helle Süße verwenden, wie beispielsweise **Agavendicksaft**.

#### Optionale Zutaten

- **Mark einer Vanilleschote** oder 1-2 TL Vanille-Extrakt für einen noch feineren Geschmack
- eine Prise **Chilipulver** für eine scharfe Note
- etwa 1 TL **Zimt** oder **Lebkuchengewürz**
- gehackte **Nüsse**
- **Rosinen**
- **getrocknete Beeren**
- **Haferflocken**
- selbst gemachtes **Knuspermüsli**
- 2-3 EL **Dattelsüßholz**

Da sich diese Art des Zuckerersatzes (Dattelsucker) nicht auflöst, bleiben kleine knusprige Stückchen in der Schokolade erhalten, die an feine Karamellstückchen erinnern.

## Zubereitung

1. Die Kakaobutter bei geringer Hitze (etwa 50 °C) in einer Schüssel im Wasserbad schmelzen.
2. Die Schüssel aus dem Wasserbad nehmen, Kakaopulver unterrühren und mit der verwendeten Süße abschmecken.
3. So lange beständig weiterrühren, bis eine gleichmäßige, cremige und klümpchenfreie Konsistenz entsteht und die Schokolade nicht mehr warm, also schon merklich zähflüssig ist.
4. Falls sich die Kakaoklümpchen nicht auflösen wollen, eventuell mit einem Pürierstab nachhelfen.
5. Nicht zu früh, sondern erst dann, wenn sie gerade noch fließfähig ist, die Masse in eine geeignete Form gießen und mit den gewünschten Zutaten wie zum Beispiel gehackten Mandeln belegen.
6. Es gibt spezielle Schokoladenformen, aber genauso gut funktionieren auch einfache Küchendosen oder Backförmchen.
7. Um das spätere Herauslösen zu erleichtern, die Form vorbereitend mit kaltem Wasser abspülen, kräftig abschütteln, aber nicht abtrocknen, und sofort mit der zähflüssigen Schokoladenmasse befüllen.
8. Die Schokolade mindestens zwei Stunden im Kühlschrank abkühlen lassen, bis sie fest wird. Anschließend aus der Form stürzen und genießen.
6. Die selbst gemachte Schokolade hält sich, kühl und dunkel gelagert, mehrere Wochen.
7. Im Kühlschrank wird die Haltbarkeit noch verlängert.
8. Schokoladenreste lassen sich ganz leicht in selbst gemachte Schokoriegel verwandeln, mit Knusperfüllung ganz nach deinem Geschmack!

## Tipps und Zutaten – Veränderung

- 125 g Kokosöl (günstiger als Kakaobutter)
  - 1EL Sojasahne
  - 40g Backkakao
  - ein Pfannenboden voll geröstete Kokosflocken
  - 1/2 P. Bourbon - Vanillezucker
  - 2 EL Agavensirup
  - 4-5 EL Puderzucker
- 
- Zucker, Xylit und ähnliche Streusüßen müssten für dieses Rezept zu Puder gemahlen werden, weil sich Zucker usw. in der flüssigen Schokolade kaum mehr auflösen....
  - Ein Tipp wäre der, die flüssige Schokolade unter ständigem Rühren langsam abkühlen zu lassen, bis sie schon sehr zähflüssig ist, und erst dann in Förmchen zu füllen und diese sofort kalt zu stellen.
  - Zur Hälfte Erdnussbutter und zur Hälfte Kakaobutter
  - Wenn man noch Mandelmus oder Cashewmus einrührt schmeckt es sehr viel besser.



## 3. Veganes Nougat

Quelle

<https://utopia.de/ratgeber/nougat-selber-machen-rezept-und-tipps/>

### 1. Haselnuss - Nougat

#### Zutaten

200 g Haselnüsse mit Haut

75 g Zucker

175 g Zartbitterkuvertüre (vegan)

125 g vegane Margarine oder Kokosfett

#### Zubereitung

1. Röste die Haselnüsse in einer Pfanne. Dafür brauchst du kein zusätzliches Öl. Wende die Nüsse häufig, sodass sie nicht anbrennen. Das Rösten sollte etwa acht bis zehn Minuten dauern.

2. Lasse die Haselnüsse kurz abkühlen und gib sie dann in einen Standmixer oder in eine Küchenmaschine. Mahle sie so lange, bis das Öl austritt. Achtung: Pass auf, dass dein Mixer oder deine Küchenmaschine nicht zu heiß werden. Mahle die Nüsse dazu mehrmals kurz.

3. Füge den Zucker zu den Haselnüssen hinzu und mixe alles noch einmal durch.

4. Wenn du möchtest, kannst du anstelle von weißem Zucker auch braunen Rohrohrzucker oder Puderzucker verwenden.

5. Hacke die Kuvertüre in grobe Stücke und schmilz sie in einem Wasserbad. Sobald sie flüssig ist, rührst du die Margarine oder das Kokosfett unter.

6. Fülle die Haselnussmasse in eine Schüssel und vermenge sie mit der flüssigen Kuvertüre.

7. Das fertige Nougat kannst du nun entweder in einem Schraubglas oder einem Schüsselchen im Kühlschrank aufbewahren oder für Torten, Kuchen oder Desserts weiterverwenden.

8. Wenn du kleine Pralinen daraus machen möchtest, kannst du die Masse einfach in eine Eiswürfelform füllen und für eine halbe Stunde kalt stellen.

Quelle:

<https://www.veganblatt.com/rohvegane-nougat-pralinen>

## 2. Rohvegane Nougat Pralinen

### Zutaten

- 200 g Haselnüsse
- 2 EL Kokoszucker oÄ
- 3 EL Agavendicksaft
- 2 EL Kakaopulver
- Vegane Deko nach Herzenslust

### Zubereitung

1. Die Haselnüsse mit dem Kokoszucker ganz fein mahlen. Wir machen das im Omniblend, Küchenmaschine geht auch.
2. Den Kakao und langsam den Agavendicksaft dazugeben und weiter mixen bis eine zusammenhaltende Masse entstanden ist.
3. Pralinen formen und in Pralinenförmchen setzen.
4. Verzieren nach Belieben und kalt stellen.

Quelle

<https://www.projekt-gesund-leben.de/2014/10/nussmus-selbst-herstellen-hausgemachte-nuss-nougat-creme-vegan/>

### 3. Nuss - Nougatcreme

#### Zutaten

- 400 g Haselnuskerne
- 4 EL Haselnussöl
- 4 EL roher Kakao
- 2 EL Kokosblütenzucker
- 1 Msp. gemahlene Vanille\*

#### Zubereitung

1. Die Haselnuskerne ohne Zugabe von Fett kurz in einer beschichteten Pfanne rösten, anschließend abkühlen lassen.
2. Die Haselnuskerne im Hochleistungsmixer zu Nussmus verarbeiten. Dazu den Mixer ca. 5-10 Sekunden anschalten, eine Pause einlegen und wieder anschalten. Das Nussmus darf beim Mixen nicht zu warm werden, denn dann tritt das nusseigene Öl nicht aus den Haselnuskernen heraus. Das Mus immer wieder von den Seiten des Mixers abschaben und nach unten drücken
3. Das Haselnussöl nach und nach hinzugeben und so lange mixen, bis das Nussmus eine fein - cremige Konsistenz erreicht hat.
4. Dann Kakao, Kokosblütenzucker und Vanille unterrühren und die Nuss-Nougat - Creme in ein sauberes Schraubglas füllen und verschließen.

Quelle

<https://proveg.com/de/vegane-rezepte/vegane-karamell-nougat-schaelchen/>

<https://proveg.com/de/vegane-rezepte/vegane-nuss-nougat-creme/>

## 4. Karamell - Nougat - Schälchen

Vegane Karamell-Nougat-Schälchen sind Pralinen mit einer knackigen Haselnuss in Karamell, umhüllt von einer Nougatcreme und einem Klecks dunkler Schokolade.

### Zutaten

#### Für die Karamell - Nougat - Schälchen

- 100 g Zucker
- 60 ml Sojasahne
- 10 g vegane Margarine
- 12 Haselnüsse
- 60 g Nougat
- 60 g vegane helle Schokolade
- 50 g Zartbitterschokolade
- Halbkugel - Silikonform etwa von einer Cakepop - Form

### Zubereitung

1. Den Zucker mit der Sojasahne in einem Topf unter ständigem Rühren erhitzen, bis die Masse braun wird und karamellisiert. Die Margarine hinzufügen und das Karamell für etwa 10 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren, damit nichts anbrennt.
2. Das noch heiße Karamell in die Cakepop-Formen füllen. Jede Vertiefung sollte dabei etwa bis zur Hälfte mit Karamell befüllt werden. Anschließend die Form für 5 Minuten in den Kühlschrank stellen.
3. Die Form wieder aus dem Kühlschrank holen und das Karamell in den Vertiefungen mit dem Finger bis zum Rand hoch andrücken. Pro Karamell-Schale eine Haselnuss hineinlegen.
4. Das Nougat und die vegane helle Schokolade in einem Wasserbad schmelzen und anschließend die Schalen gleichmäßig damit befüllen. Die Form erneut in den Kühlschrank stellen, bis die Masse fest ist.
5. Zum Schluss kommt noch ein Kreis aus dunkler Schokolade auf die Praline. Dafür die Zartbitterschokolade im Wasserbad schmelzen und auf jede Praline mit dem Dekorierstift einen Klecks Schokolade geben.

## 5. Vegane Nuss - Nougat - Creme

### Zutaten

- 40 g Haselnussmehl geröstet
- 130 ml Mandelmilch
- 2 Medjool - Datteln entsteint und gewürfelt
- 50 g natives Kokosöl
- 0,5 TL Vanille gemahlen
- Meersalz nach Belieben
- 1 Tafel vegane dunkle Schokolade 71 % Kakaoanteil
- 2 vegane weisse Schokoladen - Riegel
- 1 EL weißes Mandelmus
- 2 EL neutrales Öl

### Zubereitung

1. Alle Zutaten im Hochleistungsmixer 3 Minuten zu einer glatten Creme verarbeiten.
2. Die vegane Nuss - Nougat - Creme in ein Schraubglas füllen und 2 Stunden im Kühlschrank abkühlen lassen.
3. Anschließend an einem dunklen, kühlen Ort bei etwa 18 °C lagern