

**Isa Chandra Moskowitz**

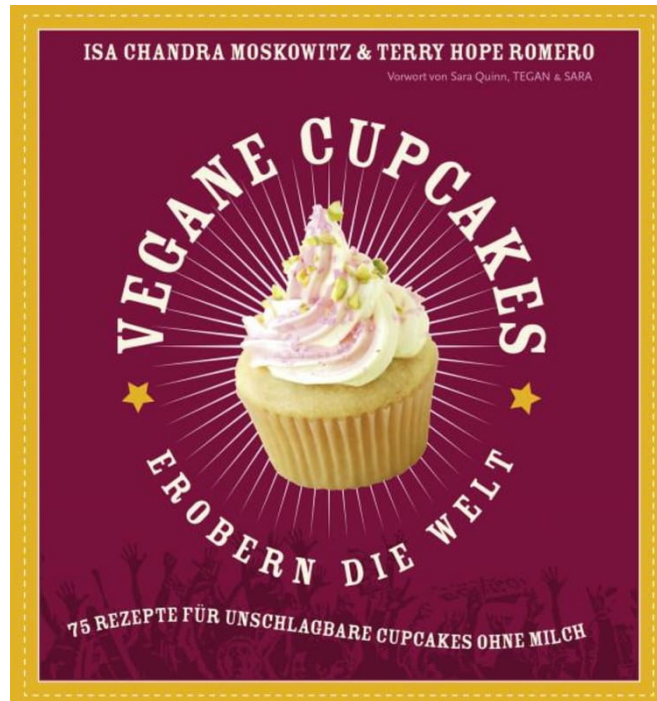
**Vegane Cupcakes erobern die Welt**

Leseprobe

[Vegane Cupcakes erobern die Welt](#)

von [Isa Chandra Moskowitz](#)

Herausgeber: Neun Zehn Verlag



Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)

<https://www.narayana-verlag.de>

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

# INHALT

|                                      |     |                                               |    |
|--------------------------------------|-----|-----------------------------------------------|----|
| Vorwort von Sara Quin, Tegan & Sara  | VII |                                               |    |
| Einleitung                           | I   |                                               |    |
| Cupcakes von A bis Z                 | 3   |                                               |    |
| <b>WIE MAN HAMMER-CUPCAKES MACHT</b> | 5   | <b>KLASSISCHE CUPCAKES</b>                    | 50 |
| Metrische Umrechnungen               | 6   | Karottenkuchen-Cupcakes mit                   |    |
| Zutaten                              | 7   | Frischkäse-Frosting                           | 51 |
| Das Werkzeug zur Weltbeherrschung    | 15  | Lebkuchen-Cupcakes mit Zitronen-Frosting      | 53 |
| Troubleshooting: Wenn guten Cupcakes |     | Purpurne Samt-Cupcakes mit                    |    |
| Schlimmes widerfährt                 | 21  | altmodischem Samt-Icing                       | 55 |
| Dekorationen für eure Cupcakes       | 25  | Erdnussbutter-Cupcakes                        | 59 |
|                                      |     | Schokoladen-Kirschcreme-Cupcakes              | 61 |
| <b>DIE REZEPTE</b>                   | 31  | Brooklyn vs. Boston Creme Pie Cakes           | 65 |
| <b>GRÜNDREZEPTE FÜR CUPCAKES</b>     | 32  | Ahornsirup-Cupcakes mit cremigem              |    |
| Goldene Vanille-Cupcakes             | 33  | Ahornsirup-Frosting und karamellisierten Wal- |    |
| Dein einfacher Schokoladen-Cupcake   | 37  | nüssen                                        | 67 |
| Sexy fettarme Vanille-Cupcakes mit   |     | Ananas -„Right-Side-Up“ -Cupcakes             | 70 |
| frischen Beeren                      | 41  | Schokoladen-Minze-Cupcakes                    | 73 |
| Einfache Vanille- und                |     | S'mores Cupcakes                              | 75 |
| Agavensirup-Cupcakes                 | 44  | Brooklyn Brownie Cupcakes                     | 78 |
| Clutenfreie Vanille-Cupcakes         | 46  | Bananen-Split-Cupcakes                        | 81 |
| Glutenfreie Schokoladen-Cupcakes     | 48  | Schokoladen-Vanille-Marmor-Cupcakes           | 83 |

## INHALT

V

|                                      |     |                                          |     |
|--------------------------------------|-----|------------------------------------------|-----|
| <b>SCHICKE CUPCAKES</b>              | 85  | Apfelwein-Cupcakes                       | 131 |
| Geröstete Kokos-Cupcakes mit         |     | „Mucho Margarita“ Cupcakes               | 133 |
| Kaffee-Buttercreme-Frosting          | 87  | Blaubeeren-Zitronen-Creme-Cupcakes       | 136 |
| Glasierter Aprikosen-Mandel-Cupcakes | 89  | Cappuccino-Cupcakes gefüllt mit          |     |
| Schokoladen-Starkbier-Cupcakes       | 91  | Espresso-Creme                           | 138 |
| Dulce Sin Leche Cupcakes             | 93  |                                          |     |
| Zitronen-Macadamia-Cupcakes mit      |     | <b>FROSTING UND FILLING</b>              |     |
| Zitronen-Buttercreme                 | 95  | Veganes Flaumiges Buttercreme-Frosting   | 142 |
| Grüntee-Cupcakes mit Grüntee-Glasur  |     | Reichhaltiges Schokoladen-               |     |
| und Marzipanblüten                   | 97  | Ganache-Topping                          | 143 |
| Orangenpudding-Cupcakes mit          |     | Schokoladen-Buttercreme-Frosting         | 144 |
| Schokoladen-Ganache                  | 101 | Orangen-Buttercreme-Frosting             | 145 |
| Mexikanische Hot Chocolate Cupcakes  | 104 | „Brown Rice“ - Karamell-Glasur           | 146 |
| Kokos-ümetten-Cupcakes               | 107 | Kokos-Pekan-Toffee-Frosting              | 147 |
| Chai Latte Cupcakes                  | 109 | „Super Natural“ Agavensirup-Icing        | 149 |
| Haselnuss-Cupcakes mit Mokka-        |     | Erdnussbuttercreme-Frosting oder Filling | 151 |
| Haselnuss-Mousse-Filling             | 113 | „Nicht-zu-süßes“ Blaubeer-Mousse         | 153 |
| Pistazien-Rosenwasser-Cupcakes       | 117 | Schokoladen-Mousse-Topping               | 155 |
| Tiramisü-Cupcakes                    | 119 | Veganes Frischkäse-Frosting              | 158 |
| Litschi-Cupcakes mit Kokos-Glasur    | 122 | Himbeer-Buttercreme-Frosting             | 159 |
| Rumrosinen-Cupcakes mit Rum-Glasur   |     | Schnell schmelzende Ganache              |     |
| und Rum-Buttercreme                  | 123 | zum Dekorieren                           | 160 |
| Kürbis-Chocolate Chip-Cupcakes mit   |     | Dickes Schokoladen-Toffee-Frosting       | 161 |
| Zimt-Icing                           | 126 |                                          |     |
| Cashewbutter-Kardamom-Cupcakes mit   |     | Danksagung                               | 162 |
| reichhaltigem Cashewbutter-Frosting  | 128 | Index                                    | 164 |

## GRUNDREZEPTE FÜR CUPCAKES



**DAS HIER SIND** Allzweck Schokoladen- und Vanille-Cupcakes, die ihr ganz nach Herzenslust oder *für* Spezialfälle weiter verarbeiten könnt. Eure Tante macht eine glutenfreie Diät? Kein Problem (siehe Seite 46)! Euer Freund will ein paar Pfunde loswerden? Lasst ihn nur kommen (siehe Seite 41)! Euer Cousin dritten Grades ist Diabetiker? Siehe Seite 44. Für euch macht das keinen Unterschied, denn ihr habt die Cupcake-Fähigkeiten, um mit jeder Situation umgehen zu können.

# GOLDENE VANILLE-CUPCAKES

FÜR 12 STÜCK

**DIESER NÜCHTERNE MEHRZWECK-CUPCAKE** sollte sich in eurem Holster gleich neben eurem einfachen **SGHOKOLÄDEN-CUPCAKE** (Seite 37) befinden, wenn ihr euch denn auf das wilde Leben eines Cupcake Helden einlassen wollt. Und diese Cupcakes machen sich auch gut auf Geburtstagen, Kuchenständen und Babypartys.

Wir haben euch zwei Varianten der Zubereitung angeführt, entweder mit Rapsöl oder mit Margarine, die beide zu leicht unterschiedlichen, aber leckeren Cupcakes führen. Mit Rapsöl könnt ihr nichts falsch machen und bekommt einen Cupcake mit einer lockeren Struktur, der für jede Vanille-Variation großartig geeignet ist. Margarine ist da etwas kniffliger in der Handhabung, aber der Buttergeschmack, die goldene Farbe und die feine Struktur, die sie den Cupcakes gibt, sind die Anstrengung allemal wert. Sie sind auch etwas weniger süß als andere Cupcakes und ideal zum Auftragen von richtig intensiven Frostings wie **DICKES SCHOKOLADEN-TOFFEE-FROSTING** (Seite 161), **SCHOKOLADEN-BUTTERCREME** (Seite 144) oder **REICHHALTIGES SCHOKOLADEN-GANACHE-TOPPING** (Seite 143), oder eine beliebige Variation des vegan-flaumigen Buttercreme-Frostings (Seite 142).

Wir wollen euch auch einen Geheimtipp für richtig goldene Cupcakes nicht vorenthalten (siehe „Streusel“ darunter). Versucht die mal für die **BROOKLYN VS. BOSTON CREAM PIE CAKES** (Seite 65) oder gebt übertrieben hohe Krümel des Veganen Flaumigen Buttercreme-Frostings auf die weitbesten Geburtstags-Cupcakes.

## ZUTATEN

1 Tasse Sojamilch

1 TL Apfelessig

1 ¼ Tassen Mehl

1 EL Maisstärke

¾ TL Backpulver

½ TL Natron

¼ TL Salz (1/2 TL wenn ihr Öl statt Margari-

ne verwendet)

½ Tasse ungehärtete Margarine, weich, oder

1/3 Tasse Rapsöl

¾ Tasse Kristallzucker

2 TL Vanilleextrakt

¼ TL Mandelextrakt, Karamellextrakt oder  
mehr Vanilleextrakt

## ANLEITUNG

1. Backrohr auf 180°C vorheizen und das Muffimblech mit Cupcake-Förmchen füllen.
2. Sojamilch und Essig in einer großen Schüssel verquirlen und für ein paar Minuten gerinnen lassen.
3. Beim Verwenden von Margarine: Mehl, Maisstärke, Salz, Backpulver und Natron in einer großen Schüssel vermischen.
4. Margarine und Zucker in einer separaten Schüssel mit einem Handmixer auf höchster Stufe aufschäumen, bis es locker und schaumig wird, aber nicht länger als 2 Minuten. Gebt Vanille und restlichen Extrakt dazu, dann mengt abwechselnd etwas Sojamilch-Mixtur und trockene Zutaten bei, zwischendurch mehrmals den Rand der Schüssel abkratzen.
5. Beim Verwenden von Öl: Sojamilch-Mixtur, Öl, Zucker, Vanille und weitere Extrakte, die ihr verwenden wollt, in einer großen Schüssel schaumig schlagen. Mehl, Maisstärke, Backpulver, Natron und Salz beimengen und mixen,

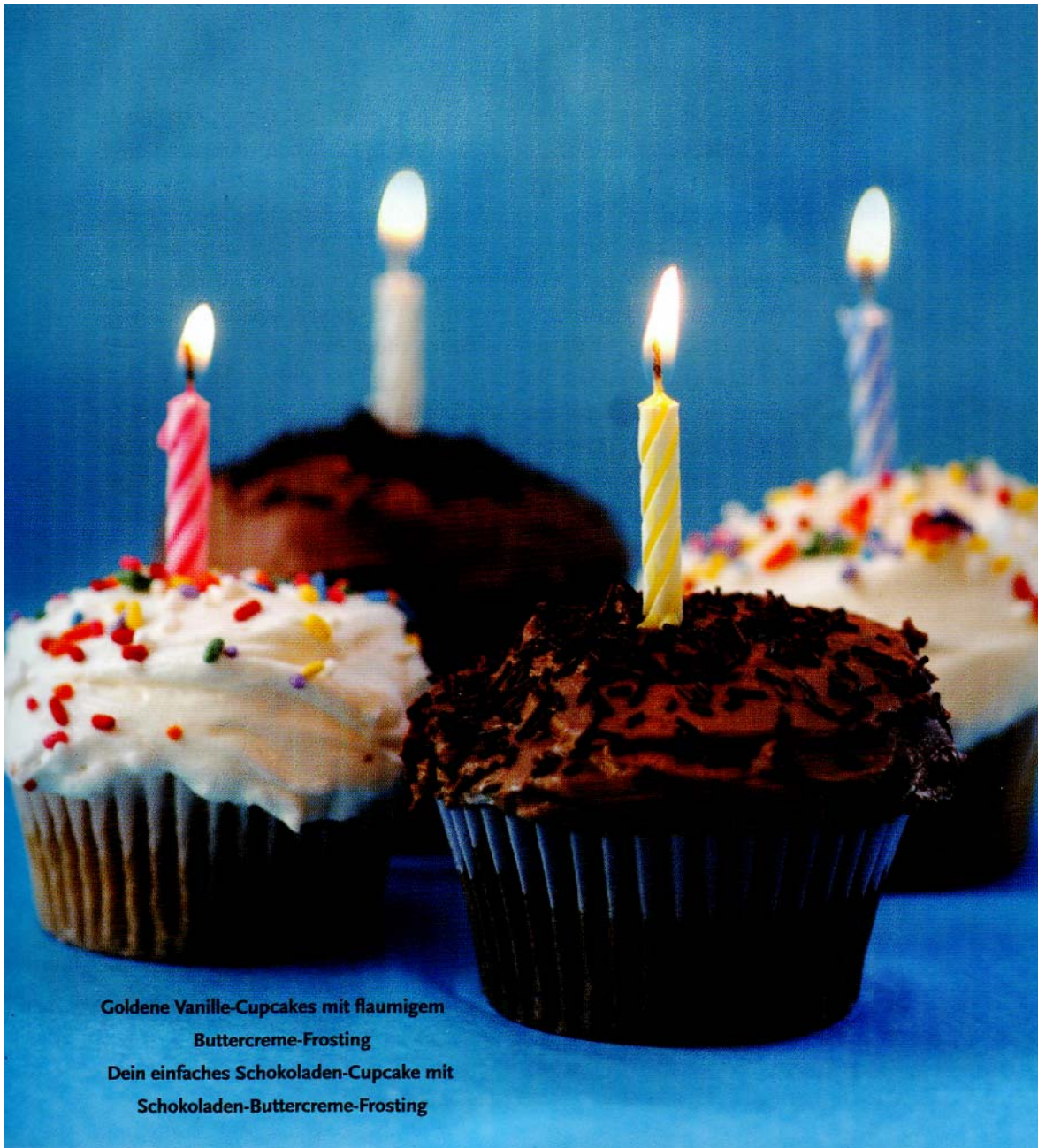
bis keine größeren Klumpen mehr übrigbleiben.

6. Die Cupcake-Förmchen zu zwei Dritteln auffüllen und 20-22 Minuten backen, bis sie fertig sind. Auf ein Kuchengitter geben und komplett auskühlen lassen, bevor ihr mit dem Frosting loslegt.

## Variationen

**WIRKLICH GOLDEIE CUPCAKES:** Gebt in einen kleinen Kochtopf aus rostfreiem Stahl eine gehörige Prise Kurkuma Pulver in die Sojamilch. Ab und zu umrühren, damit sich keine Haut an der Oberfläche bildet, die Mixtur dann auf mittlerer Stufe 2-3 Minuten aufkochen lassen, bis die Sojamilch gerade zu sieden beginnt. Wenn sich das Kurkuma Pulver aufgelöst und sich die Sojamilch hellgelb gefärbt hat, die Pfanne vom Herd nehmen und 5 Minuten kühlen lassen. Essig dazugeben und wie beschrieben weiter verarbeiten.

**AROMATISIERTE GOLDENE CUPCAKES:** Diese einfachen Cupcakes können mit veränderten Aromaextrakten in jede



**Goldene Vanille-Cupcakes mit flaumigem  
Buttercreme-Frosting  
Dein einfaches Schokoladen-Cupcake mit  
Schokoladen-Buttercreme-Frosting**

# EINFACHE VANILLE- UND AGAVENSIRUP-CUPCAKES

FÜR 12 STÜCK

**AGAVENSIRUP** (siehe Zutaten, Seite 10) sorgt für einen außerordentlich flaumigen und zarten Cupcake, mit einer tief-goldenen Färbung. Die Süße des Agavensirups unterscheidet sich von herkömmlichem Zucker... sie ist eher leicht und subtil, mit einem erfreulichen Buttergeschmack und zart-blumigen Aroma. Die Backzeit beträgt etwas weniger, da Backwaren mit Agavensirup dunkler und schneller als mit Zucker bräunen, also vergesst nicht, das Ofenthermometer zu checken!

Mit diesem Grundrezept könnt ihr euch richtig austoben; kombiniert Aromaextrakte, Mischungen und Toppings. Besonders gefallen uns die mit einem dick aufgetragenen **SCHOKOLADEM-TOFFEE-FROSSTIN'** (Seite 161), einer dünnen Schicht des „**SUPER NATURAL**“ Agavensirup-Icings (Seite 149) oder einem Kringel des „**NICHT-ZU-SÜSSEM**“ **BLAUBEER-MOUSSES** (Seite 153).

## ZUTATEN

2/3 Tasse Sojamilch  
½ TL Apfelessig  
2/3 Tasse Agavensirup  
1/3 Tasse Rapsöl  
1 ½ TL Vanilleextrakt  
½ TL Mandelextrakt  
1 1/3 Tassen Mehl  
¾ TL Backpulver  
½ TL Natron  
¼ TL Salz

## ANLEITUNG

1. Das Muffinblech mit Cupcake-Förmchen füllen und das Backrohr auf 165°C vorheizen.
2. Sojamilch und Apfelessig in einer großen Schüssel verquirlen; ein paar Minuten stehen und gerinnen lassen. Agavensirup, Öl, Vanille- und Mandelextrakt unterrühren. Mehl, Backpulver, Natron und Salz sieben und vermischen, bis

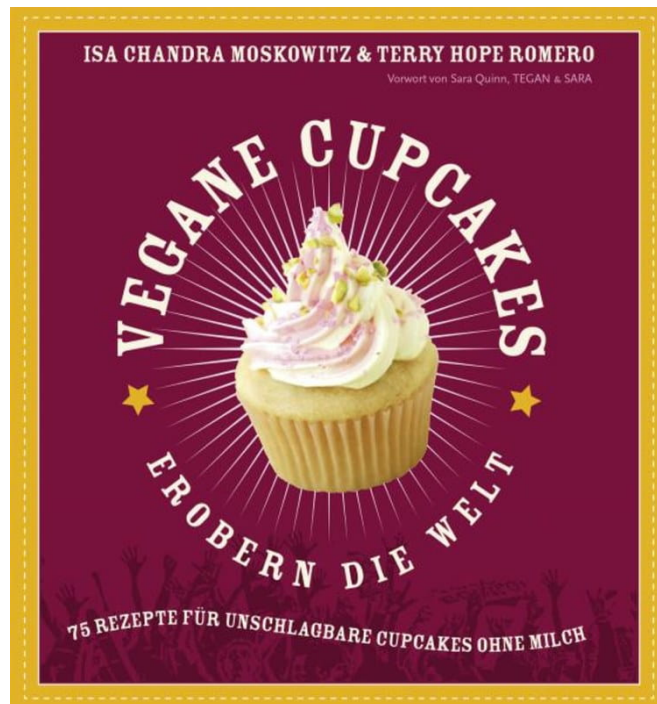
**Isa Chandra Moskowitz**

## **Vegane Cupcakes erobern die Welt**

75 Rezepte für unschlagbare Cupcakes ohne Milch

168 Seiten, kart.  
erscheint 2013

[Jetzt kaufen](#)



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)