

Herrliches, veganes Blaubeer-Clafoutis

Darf ich vorstellen: Dies ist ein herrliches, veganes Blaubeer-Clafoutis (spricht sich: Klafuti). Diese leckere Nachspeise stammt ursprünglich aus Frankreich und wird im Original bevorzugt mit Kirschen zubereitet (was Ihr hier natürlich auch machen könnt). Ein Clafoutis ist eine Mischung aus Auflauf und Kuchen, wenn man so möchte und in seiner Ursprungsform nicht vegan (im Gegensatz zu diesem rein pflanzlichen Prachtstück). Clafoutis erinnert von Konsistenz und Geschmack her auch an "Dutch-Baby" - einem dicken, süßen Pfannkuchen. Ob Clafoutis oder "Kuchen-Auflauf" - das Wichtigste: Es schmeckt fantastisch und ist ganz einfach zuzubereiten. Ich habe mein Clafoutis mit frischen Blaubeeren zubereitet, da ich auf dem Markt nicht widerstehen konnte, sie zu kaufen. Aber klassische Kultur Heidelbeeren, Kirschen, Johannisbeeren, Brombeeren, Stachelbeeren oder Himbeeren können ebenfalls für dieses Rezept benutzt werden. Wenn das Clafoutis duftend frisch aus dem Ofen kommt, löffelt Ihr am besten gleich los. Deshalb mache ich es gerne zum Frühstück bzw. zum Brunch, aber es ist auch eine perfekte Nachspeise. Nur müsst Ihr wissen: ein Clafoutis lässt sich nicht wie ein Kuchen aus der Form heben. Dafür ist es zu weich. Man verteilt am besten einzelne Portionen mit einem großen Löffel auf einzelne Schälchen oder macht es wie ich und stellt das Clafoutis mittig auf den Tisch, so dass alle gemeinsam einfach drauf loslöffeln können. Cremig, fruchtig, süßes Clafoutis... Schlemmen und Wohlfühlen für die ganze Familie Lasst es Euch schmecken und genießt es, solange es noch frische Beeren gibt. Die vermisse ich im Winter am meisten. Herzlichst Eure Lea (...und psst: ich freue mich immer riesig über Euer Feedback...)

Zutaten für 2-4 Portionen

- 1-2 TL Kokosöl (oder Margarine) zum Fetten der Backform
- 250 g Blaubeeren (oder Kirschen, Himbeeren, Johannisbeeren etc..)
- 1 reife Banane
- 400 g Seidentofu
- 100 g (geröstetes) Kichererbsenmehl (aus dem Bioladen)
- 50 g Rohrzucker + 2 EL Rohrzucker zum Bestreuen
- 1 TL Zimt (oder gemahlene Vanille)
- 1 TL Backpulver
- 1 kl. TL Haushaltsnatron
- 1 EL Zitronensaft
- Puderzucker nach Belieben (zum Bestäuben)
- Basilikum zum Garnieren (oder Minze)

Außerdem: Eine klassische Quiche- oder Tarteform

Zubereitung

Ofen auf 180 Umluft vorheizen. Eine Tarteform mit 1-2 TL Kokosöl einfetten. 250 g Blaubeeren verlesen und waschen. 1 reife Banane schälen. Die geschälte Banane mit 400 g Seidentofu im Mixer pürieren. Dann 100 g Kichererbsenmehl, 50 g Rohrzucker, 1 TL Zimt dazu geben und nochmals pürieren. Anschließend 1 TL Backpulver und einen kleinen TL Natron in den Mixer geben und 1 EL Zitronensaft direkt darauf träufeln, bis

es beginnt zu schäumen. Daraufhin ein letztes Mal pürieren. Den (recht flüssigen) Teig in eine Schüssel gießen und 150 g Blaubeeren vorsichtig unterheben. Dann den Teig in die gefettete Tartform gießen und die restlichen Blaubeeren darauf verteilen. Blaubeeren bzw. Clafoutis-Oberfläche mit 2 EL Rohrzucker bestreuen. Clafoutis bei 180 Grad 22-24 Minuten im Ofen backen. Die Backdauer kann jedoch je nach Ofentyp und -alter leicht variieren. Der Clafoutis ist fertig, wenn die Oberfläche schön braun und der Teig auf Fingerdruck ausreichend fest ist. Clafoutis anschließend nach Belieben mit Puderzucker bestreuen und mit Basilikum garniert warm servieren.

Tipp: Frischer Basilikum passt ganz besonders gut zu diesem Blaubeer-Clafoutis. Probiert es aus!

Rezepte, die ebenfalls interessant sein könnten

- [Super-schneller, köstlicher Heidelbeerkuchen](#)
- [Vegane Backträume](#)
- [Fluffiger mandelkuchen](#)