

Vegane Backträume - Lea backt "Flaugnarde"

Heute habe ich eine "Flaugnarde" gebacken. Eine was? Genau, so schlau war ich gestern auch noch. Nie zuvor hatte ich von einer "Flaugnarde" gehört, geschweige denn davon gegessen oder sogar eine Flaugnarde gebacken. Und nicht nur irgendeine, nein: eine vegane Flaugnarde aus dem Buch "Vegane Backträume" von Brigitte Bach!

Was soll ich sagen: herrlich war sie - zart, cremig - fluffiger Teig mit süßen Früchten. Es ist eine Mischung zwischen Auflauf und Kuchen. Geschmacklich erinnert sie ein wenig an Topfenkuchen, zugleich aber auch ein wenig an Kaiserschmarren. Ich bin also begeistert! Begeistert nicht nur von diesem herrlich fruchtigen und sehr einfach zuzubereitenden Backwerk, sondern vom gesamten Buch "Vegane Backträume" der österreichischen Autorin Brigitte Bach. Die Flaugnarde ist nur eines von über 40 einladenden Backrezepten, die mit wunderschönen Bildern und ausführlichen Beschreibungen im Buch zu finden sind. Brigitte Bach war lange Jahre Vegetarierin, bevor sie sich vor rund 4 Jahren entschied, vegan zu leben. Die Backkunst von Brigitte Bach und Hintergrundinformationen zur Entstehung des Buch gibt es darüber hinaus auf dem Blog der Österreicherin <http://www.bbbakery.at> zu bewundern. Doch zurück zu den "Veganen Backträumen". Das über 100 Seiten dicke Buch ist im Januar 2014 im [Löwenzahn Verlag](#) erschienen. Nach einem persönlichen Vorwort der Autorin beginnt es mit einer sehr interessanten, kleinen "veganen Backkunde". Hier erklärt Brigitte Bach welche Zutaten anstelle von Eiern, Butter, Quark oder Sahne für beste Backergebnisse sorgen und mit welchen einfachen Grundregeln veganes Gebäck gelingt. Es folgen über 40 tolle Rezepte mit schönen Bildern und ausführlichen Beschreibungen. Ins Auge gestochen sind mir sofort die Pfirsich-Marzipan-Tartelettes, die wunderschönen Heidelbeere-Cupcakes und die Himbeere-Kokos-Torte. Darüber hinaus gibt es aber auch Rezepte für Brownies, Cookies und Frühstücksgebäck. Und selbstverständlich findet man auch Klassiker wie Apfelstrudel und Nusskipferl. Die Zutatenliste mancher Rezepte ist durchaus speziell - man muss schon einiges einkaufen gehen, um das perfekte Naschwerk herzustellen. Aber: es lohnt sich! Ob cremige Törtchen oder flaumige Muffins - endlich habe ich hiermit ein Backbuch, auf das ich mich verlassen kann. Die Flaugnarde war zumindest ein toller Start und süßer Traum! Ich wünsche meiner Blogger-Kollegin und großartigen, kreativen Backkünstlerin viel Erfolg mit den "Veganen Backträumen" und allen Lesern & Naschkatzen gutes veganes Gelingen! Das Buch "Vegane Backträume" von Brigitte Bach ist im Buchhandel oder über [amazon](#)* (Affiliate-Link) erhältlich.