

Rezept

Vegane »Frischkäse«-Sahne-Torte

Ein Rezept von Vegane »Frischkäse«-Sahne-Torte, am 28.06.2026

Zutaten

FÜR DIE "KÄSE"-SAHNE-CREME:

1 kg ungesüßter Sojaghurt	100 ml Agavendicksaft
1/2 TL Bourbonvanillepulver	1 Bio-Zitrone
350 ml kalte aufschlagbare Pflanzensahne	3 TL Agar-Agar
1 TL Pfeilwurzelsstärke	

FÜR DEN TEIG:

100 g Weizenmehl (Type 405) oder Dinkelmehl (Type 630)	50 g Mandeln
1 Prise Salz	1/2 TL Natron
40 ml Agavendicksaft	2 EL neutrales Pflanzenöl
	180 ml Sprudelwasser

AUßERDEM:

Backpapier für die Form	1 Tortenring
-------------------------	---------------------

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stücke (1 Springform à Ø 26 cm) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal

Zubereitung

1. Am Vortag für die Creme ein feines Sieb mit Küchenpapier oder einem feinen Tuch auslegen und den Sojaghurt hineinfüllen. Das Sieb auf eine Schüssel stellen und den Sojaghurt abgedeckt im Kühlschrank mind. 8 Std. (oder über Nacht) abtropfen lassen.
2. Am nächsten Tag den abgetropften Sojaghurt mit Agavendicksaft und Vanille verrühren. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft einer Hälfte auspressen (die übrige Zitronenhälfte anderweitig verwenden). 1 EL Zitronensaft für den Boden abnehmen, den übrigen Saft und die Zitronenschale zum Sojaghurt geben.
3. Die Hälfte der Pflanzensahne mit Agar-Agar und Pfeilwurzelsstärke verquirlen. Die Mischung unter Rühren aufkochen, 1-2 Min. bei schwacher Hitze köcheln und lauwarm abkühlen lassen. Dabei hin und wieder umrühren. Die restliche Sahne steif schlagen und die Agar-Agar-Sahne-Mischung unterrühren. Die Sahnecreme nochmals aufschlagen und den Sojaghurt unterheben. Die Creme bis zur Verwendung kalt stellen.
4. Den Backofen auf 170° vorheizen. Den Boden der Springform mit Backpapier auslegen. Alle trockenen Zutaten für den Teig vermischen. Öl, Agavendicksaft, Sprudelwasser und 1 EL Zitronensaft zugeben und alles mit einem Küchenspatel nur kurz vermischen (kleinere Klümpchen lösen sich beim Backen auf). Den Teig in die Form füllen, glatt streichen und im Backofen (Mitte) 12 Min. backen. Den Boden herausnehmen, abkühlen lassen und vom Backpapier lösen.

5. Einen Tortenring um den Boden aufstellen, die Creme einfüllen und mit einem Löffel glatt streichen. Die Torte mindestens 3 Std., besser 5-6 kühlen, dann mit einem scharfen Messer aus dem Tortenring lösen und servieren.