Rezept

Vegane Whoopies mit Tonkacreme

Ein Rezept von Vegane Whoopies mit Tonkacreme, am 08.10.2026

Zutaten

Für den Teig:

300 g	Weizenmehl (Type 405) oder Dinkelmehl (Type 630)
40 g	Zucker
150 g	weiche Margarine
1 TL	Apfel- oder Weißweinessig
1 TL	Natron
10 g	Kakaopulver
1 Prise	Salz
300 ml	Sojamilch

Für die Creme:

100 g	weiche Margarine
15 g	Speisestärke
1-1 1/2 TL	Sojamilch
130 g	Puderzucker
1 Msp.	frisch geriebene Tonkabohne (Apotheke, Feinkostgeschäft oder Internetversand)
2 Msp.	rote Lebensmittelfarbe (in Pastenform, nach Belieben)

Außerdem:

Backpapier für das Blech

Spritzbeutel mit großer Loch- oder Sterntülle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 24 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 155 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig erst alle trockenen Zutaten miteinander vermengen, dann Margarine, Sojamilch und Essig zugeben. Alles mit einem Rührlöffel oder den Quirlen des Handrührgeräts rasch zu einem glatten Teig verarbeiten.

2. Den Backofen auf 180° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig in den Spritzbeutel geben und 16 Plätzchen von ca. 4 cm Durchmesser auf das Backpapier spritzen. (Sie können auch mit dem Löffel Teigkleckse aufs Blech setzen, aber gespritzt werden die Whoopies gleichmäßiger.)

3. Die Plätzchen im Backofen (Mitte) ca. 7 Min. backen, bis an einem hineingesteckten Holzstäbchen kein Teig mehr kleben bleibt. Inzwischen auf einen zweiten und dritten Bogen Backpapier jeweils weitere 16 Plätzchen spritzen. Die fertigen Plätzchen herausnehmen und mit dem Backpapier vom Blech auf ein Kuchengitter gleiten lassen. Den nächsten Bogen Backpapier auf das Blech ziehen, ebenso backen und den Vorgang für die dritte Portion wiederholen. Alle fertigen Plätzchen abkühlen lassen.

4. Für die Creme die Margarine in einer Schüssel mit den Quirlen des Handrührgeräts 10 Sek. glatt rühren. Puderzucker, Stärke und geriebene Tonkabohne hinzugeben und alles 20 Sek. verrühren. 1 TL Sojamilch und die Lebensmittelfarbe (falls verwendet) hinzufügen und unterarbeiten. Die Masse sollte nun anfangen, sich zu verbinden und cremiger zu werden. Falls nötig, noch einmal 1/2 TL Sojamilch hinzufügen. Die Creme 1 Min. auf mittlerer Stufe weiterrühren, bis sie locker und glänzend aussieht.

---

5. Auf den Unterseiten von 24 Plätzchen jeweils ca. 1 TL Creme verteilen – entweder mit einem Löffel oder mithilfe des Spritzbeutels. Die übrigen Plätzchen daraufsetzen und die Whoopies etwas zusammendrücken.