

Rezept

Veganer Mandel-Feta

Ein Rezept von Veganer Mandel-Feta, am 05.12.2025

Zutaten

150 g ungeschälte Mandeln

3 - 4 EL Olivenöl

1 TL getrockneter Oregano

2 EL Zitronensaft

1 Knoblauchzehe

1 TL Salz

Außerdem:

1 Mulltuch

Öl für das Backblech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Käse (ca. 150 g) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1255 kcal | **Haltbarkeit** gekühlt 4-5 Tage

Zubereitung

1. Mandeln mit kochend heißem Wasser übergießen und 10 Min. einweichen. In ein Sieb abgießen, die Häutchen entfernen. Mit 120 ml kaltem Wasser, Zitronensaft, Salz und 2 EL Öl in einen Rührbecher geben. Knoblauch schälen, hacken und hinzufügen. Alles mit dem Stabmixer glatt pürieren.
2. Ein Sieb in eine Schüssel hängen und mit einem Mulltuch auslegen. Den Oregano in die Mitte des Tuchs geben. Die Mandelmasse daraufgeben. Die Ecken des Tuchs über der Masse zusammenfassen und eindrehen, sodass die Flüssigkeit herausgepresst wird. Einen Teller auf das Päckchen legen und beschweren, z. B. mit einer Konservendose. Bei Zimmertemperatur ca. 8 Std. ruhen lassen.
3. Backofen auf 180° vorheizen. Ein Backblech mit Öl einfetten. Mandelmasse mit der runden Seite nach oben auf das Blech stürzen, Tuch entfernen. Den Käse mit 1-2 EL Olivenöl einpinseln. Im Ofen (Mitte, Umluft 160°) in ca. 40 Min. leicht braun backen. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.