

## Rezept

# Veganes Schoko-Malheur

Ein Rezept von Veganes Schoko-Malheur, am 08.12.2025

## Zutaten

**100 g** Zartbitterschokolade

**1 EL** Ahornsirup

**1/2 TL** Backpulver

**40 ml** neutrales Pflanzenöl

**1/2 TL** Apfelessig

**1 TL** neutrales Pflanzenöl für die Formen

**100 g** Beeren (z.B. Himbeeren und Brombeeren)

**1 1/2 gehäufte** zimmerwarmes Mandelmus  
**EL** Mandelmus\* (25 g)

**80 g** Weizenvollkornmehl

**1** Vanilleschote

**125 ml** zimmerwarmer Pflanzenmilch

**4** runde Backformen (Ø ca. 10 cm)

**2 EL** Ahornsirup

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

## Zubereitung

- 1.** Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Zartbitterschokolade fein hacken und mit dem Mandelmus über einem heißen Wasserbad schmelzen. Den Ahornsirup unterrühren. Die Backformen mit dem Pflanzenfett gut fetten und in den Kühlschrank stellen.
- 2.** Für den Teig Mehl und Backpulver vermengen. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Vaniillemark, Öl, Pflanzenmilch und Essig vermengen und zur Mehlmischung geben. Die Schokoladen-Mandelmus-Mischung dazugeben und mit einem Rührloßel zu einem glatten Teig verarbeiten.
- 3.** Den Teig auf die gekühlten Förmchen verteilen und im Ofen (Mitte) 7 - 10 Min. backen, bis die Küchlein außen fest geworden sind und der Rand sich von den Förmchen löst. Die Küchlein aus dem Ofen nehmen, ca. 5 Min. abkühlen lassen und dann stürzen. Jedes Küchlein mit 1 - 2 TL Ahornsirup beträufeln. Die Beeren verlesen, waschen und die Küchlein damit garnieren.