

Braun MultiGrill Live Cooking Event

Vegane Rezepte – Saskia Fröhlich

Rezept auf Flachplatte in Kontaktposition
(inkl. Anwendung des Braun Handblenders):
Vegane Quesadillas vom Grill mit Guacamole

Zutaten:

Für die Füllung:

- 1 Dose Kidneybohnen
- 1 Handvoll Tomaten
- 1 Avocado
- 1 Limette (bzw. der Saft einer Limette)
- Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- Salz & Pfeffer
- Paprikapulver
- Veganer Reibekäse
- Olivenöl

Für die Quesadillas:

- 4 Tortillas

Für die Guacamole:

- 1 Avocado
- Saft einer Limette
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Tomate
- Salz & Pfeffer



Hinweis:
der *Braun Handblender MultiQuick 1*
wird für die Füllung und für den Dip
benötigt

Rezept auf Waffelplatte:

(inkl. Anwendung des Braun Handblenders):
Falafel-Waffel mit Kräuter-Dip

Zutaten:

Für die Waffeln:

- 1 Dose Kichererbsen
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 50g Kichererbsenmehl
- 1 EL frische Petersilie, gehackt
- ca. 100 ml pflanzliche Milch
- Salz & Pfeffer
- gemahlener Kreuzkümmel
- 1 TL Backpulver
- Öl zum Einfetten der Waffelplatten



Hinweis:
der *Braun Handblender MultiQuick 1*
wird für die Waffeln und für den Dip
benötigt

Für den Dip:

- Sojaquark (z.B. Alpro Skyr ungesüßt)
- 1 Knoblauchzehe
- 15g frische Petersilie, gehackt
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Agavendicksaft
- Salz & Pfeffer

Rezept auf Grillplatte offen:

Grill-Banane mit Toppings

Zutaten:

- 2 (oder mehrere) Bananen
- vegane Schokodrops oder vegane Tafel Schokolade (bspw. Zartbitter, ab 60% Kakaogehalt ist es meistens vegan)
- Früchte (bspw. Blaubeeren)

Toppings:

- vegane Marshmallows und/oder vegane Butterkekse

