

# 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

### 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 Füllung und für den Dip  
benötigt



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

