

Vegane Ingwer-Zitronen-Cookies zum Verlieben



Diese veganen Ingwer-Zitronen-Cookies passen wunderbar in die Winterzeit, sind ruckzuck im Ofen und bieten zur Abwechslung eine etwas andere Geschmacksrichtung als die klassischen Guetslisorten.

Die Bezeichnung «vegan» schreckt leider immer noch viele Leute ab. Dabei kann Essen, das komplett frei von Tierprodukten ist, so gut schmecken! 2016 legte ich als kleinen Selbsttest eine vegane Woche ein und war erstaunt, wie einfach es mir fiel, Eier, Milch und Co. komplett vom Speiseplan zu streichen. Immer würde ich aber nicht so leben wollen, dafür müsste ich auf zu vieles verzichten. Auch das ständige Planen, wo und was man kauft und auf welche Art man es zubereitet, wäre mir auf Dauer zu anstrengend.

Beim Guetslibacken ist es aber gar nicht schwer, ausschliesslich vegane Produkte zu verwenden. Oftmals ist das Einzige, was man weglassen muss, die Butter, die man super durch pflanzliche Margarine ersetzen kann.

Diese Cookies verschenke ich besonders gern hübsch verpackt während der Adventszeit. Der Geschmack des Ingwers passt für mich perfekt in die kalten Monate des Jahres.

- 180 g rein pflanzliche Margarine
- 250 g Dinkelmehl
- 100 g gemahlene Haselnüsse
- 2 TL Ingwer, gerieben
- 1 Zitrone: den ganzen Abrieb plus 3 EL des Safts
- Etwas Soja- oder Hafermilch
- 100 g Zucker
- 1 Vanillestängel, ausgekratztes Mark
- 2 Prisen Salz
- ½ TL Backpulver

1. Die Margarine und den Zucker kurz mit dem Handmixer schlagen, danach alle anderen Zutaten ausser dem Mehl und der Milch begeben und gut vermengen.
2. Danach das Mehl hinzufügen, mit den restlichen Zutaten vermischen und zu einem Teig zusammenfügen. Sollte der Teig zu trocken sein, etwas Soja- oder Hafermilch begeben, bis die Masse die gewünschte Konsistenz hat.
3. Die Masse jetzt zu Kugeln formen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech flach drücken. Die einzelnen Cookies dürfen ruhig etwas grösser sein, so trocknen sie nicht zu sehr aus.
4. Die Guetsli im vorgeheizten Ofen je nach Grösse bei 180 Grad 12–15 Minuten backen.

Zubereitungsdauer ca. 45 Min. inkl. Backen