



Rezept einer von Opa Inos Torten

Einfache vegane Beeren-Torte

Zutaten für den Boden:

- 250 g Dinkel
- 120 g Kokosblütenzucker)
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 80 ml Pflanzenöl (z. B. Raps- oder Sonnenblumenöl)
- 200 ml Pflanzendrink (Hafer-, Soja- oder Mandelmilch)
- 1 TL Apfelessig (macht den Teig schön fluffig)

Für die Creme:

- 400 ml Kokosmilch (aus der Dose, kaltgestellt)
- 2 EL Ahornsirup oder Agavendicksaft
- 1 Päckchen Vanillezucker oder ½ TL Vanilleextrakt
- 2 TL Speisestärke (optional, für mehr Festigkeit)

Für das Topping:

- 200–300 g frische Beeren (z. B. Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren)
- 1 EL Zitronensaft

Zubereitung:

1. **Backofen vorheizen:** auf 180 °C Ober-/Unterhitze.
2. **Boden zubereiten:** Alle trockenen Zutaten mischen, dann Öl, Pflanzendrink und Apfelessig dazugeben. Kurz verrühren, in eine gefettete Springform (ca. 24 cm) füllen.
3. **Backen:** 25–30 Minuten backen, bis der Boden goldbraun ist (Stäbchenprobe). Abkühlen lassen.
4. **Creme:** Feste Kokosmilch aus der Dose abnehmen (nicht das Wasser), mit Ahornsirup und Vanille aufschlagen. Falls gewünscht, leicht erhitzen und mit Stärke andicken, dann abkühlen lassen.

5. **Torte zusammensetzen:** Boden mit Creme bestreichen, Beeren darauf verteilen, mit Zitronensaft beträufeln.
6. **Kühlen:** Mindestens 1 Stunde kaltstellen – dann genießen!

 **Tipp:**

Für Kinderpartys kannst du die Torte auch in **Mini-Törtchenformen** backen oder mit bunten Früchten und essbaren Blüten dekorieren .