



Veganer Kaiserschmarrn

mit Spinat & Spargel



Zutaten für 2-3 Schmarrn:

- Teig** Den Spargel waschen, etwa 1 cm der unteren Enden abschneiden und den Spargel schließlich in 2 cm lange Stücke schneiden. Den Spinat waschen, die Stiele entfernen und grob zerpfücken. Die Kichererbsen abgießen und dabei die Flüssigkeit (Aquafaba) auffangen. Die Kichererbsen anderweitig z.B. für Hummus verwenden.
- 1 Glas Kichererbsen
350 ml Sojamilch
1 TL Speisestärke
50 ml Kokosmus
150 g Reismehl
50 g Tapioka Stärke
1 TL Backpulver
1/2 TL Salz
100 g frischer Spinat
- Außerdem**
- 400 g grüner Spargel
Pfeffer
Kokosöl zum Anbraten
- Zu der Flüssigkeit Salz und Speisestärke geben und 10 Minuten mit dem Mixer aufschlagen. Das Aquafaba sollte zuletzt dieselbe Konsistenz wie Eischnee erhalten haben.
- In einer zweiten Schale Mehl und Backpulver miteinander verrühren und das flüssige Kokosmus, sowie die Sojamilch einrühren. Zuletzt die Spinatblätter und vorsichtig den Aquafaba-Schnee unterheben.
- Kokosöl in einer großen Pfanne zerlassen und den Teig 1 cm dick hineinfüllen. So lange anbraten, bis auf der Oberfläche kein flüssiger Teig mehr ist. Dann den Kaiserschmarrn umdrehen und nach 2 Minuten Anbraten auf der zweiten Seite, mit Hilfe von zwei Gabeln in mundgerechte Stücke zupfen.

Etwas Spargel kurz mit in die Pfanne geben, alles gut durchschwenken und auf Teller geben. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren.