

Pestostangerl, vegan



Zutaten

Germteig

250 g Mehl
½ Päckchen Trockengerm oder ½ Würfel frische Germ
125 ml Wasser
2 EL Öl
1 TL Salz
etwas Zucker
etwas Sojacuisine und optional veganen Streukäse

Bärlauchpesto

150 g Bärlauch
65 g Cashewnüsse
2 EL Sonnenblumenkerne
2 EL Hefeflocken
1 – 2 TL Salz
1 EL Zitronensaft
ca. 150 ml Olivenöl
oder veganes Pesto nach Wahl

Zubereitung Pesto

Bärlauch waschen, Cashewnüsse und Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett etwas rösten, alle Zutaten im Mixer fein zerkleinern. In Gläser abfüllen, ein wenig Olivenöl obenauf und kühl lagern (im Kühlschrank hält es wochenlang).

Zubereitung Stangerl

Alle Zutaten des Teiges verkneten und 30 Minuten gehen lassen. Auf bemehlter Fläche zu einem Rechteck ausrollen, dünn mit Pesto bestreichen und in ca. 2 cm dicke Streifen schneiden. Jeden Streifen in sich drehen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Mit Sojacuisine bestreichen und eventuell mit veganen Streukäse bestreuen. Bei 180 °C Umluft ca. 15 – 20 Minuten backen.

Guten Appetit!