



Backmischung im Glas

**Verpackungsfreies, individuelles und nachhaltiges Geschenk
aus der eigenen Küche**



©Foto: eigenen Aufnahme

Eine selbst zubereitete Backmischung ist ein sehr originelles Geschenk.

Sie können „Ihren Individuellen Lieblingkuchen“ verschenken oder untenstehenden Vorschlag umsetzen. Ganz besonders geeignet sind vegane Rezepte – da hier keine verderblichen Zutaten wie Milch und Eier gebraucht werden und weil vegane Zutaten am besten fürs Klima sind und daher auch aus biologischem Anbau stammen sollten.

Die Zutaten für einen Kuchen werden fertig gemischt. Gereinigte Milchflaschen oder Gläser für Sauerkirschen, Essiggurken etc. ohne Etikett dienen als Verpackung.

Die Zutaten für den Kuchen abwiegen und schichtweise in die Gläser füllen (damit es optisch gut aussieht). Mit Anleitung und Beschriftung versehen, ggf. dekorieren – fertig ist das Geschenk!

Hier als Anregung eine Backmischung für einen veganen Gewürzkuchen (*das Rezept stammt von meiner Mitarbeiterin Waltraud Gruber*).

Zum Backen wird dann außer Wasser nichts weiter benötigt. Aus der Backmischung kann also auch ein Kuchen gezaubert werden, wenn Kühlschrank und Vorratsschrank komplett leer sind!



Backmischung für veganen Gewürzkuchen

Zutaten in ein Recyclingglas schichten (sollte ca. 1 Liter fassen):

1. Schicht: 300g Mehl mit 4 Teelöffel Backpulver mischen
2. Schicht 30 g Kakao, 15 g Lebkuchengewürz, 1 Teel. Zimt mischen
3. Schicht: 175 g Zucker
4. Schicht: 150 g gemahlene Haselnüsse (der andere Nüsse)
5. Schicht: Als letztes 4 Reihen Bitterschokolade oben auflegen (ca. 66g)

In ein extra Glas oder eine kleine Flasche (z.B. gebrauchte Zitronensaft-Fasche) 130g neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl) füllen.

Back-Anleitung dazu packen.

Die Anleitung unten kann ausgedruckt werden – ganz schön ist es auch, sie handschriftlich zu schreiben.

Gewürzkuchen-Mischung

bio + vegan

Backanleitung

Schokolade bei Seite legen.

Die übrigen Zutaten in einer Schüssel vermengen. Mit dem Öl und $\frac{1}{4}$ l Wasser (1 Glas) verrühren. Ggf. noch etwas Wasser dazu geben, damit es einen elastischen Teig gibt.

In eine gefettete Springform oder Kastenform füllen.

Bei 180 °C ca. 50 bis 60 Minuten im vorgeheizten Ofen backen (Stäbchenprobe ob fertig).

Schokolade in einer feuerfesten Form mit der Restwärme im Backofen schmelzen.

Den noch warmen Kuchen mit geschmolzener Schokolade überpinseln.