

Lauchchüechli

Ergibt 8-10 Förmli 8 cm Durchmesser

Wähenteig:

150 g	Mehl
½ TL	Salz
50 g	Margarine
40-50 g	Wasser

1. Alle Zutaten zusammen mit den Händen verreiben und zu einem glatten Teig zusammen fügen.
2. In eine Klarsichtfolie einpacken und ca. 30 Minuten kühl stellen.
3. Teig ca. 2-3 cm dick auswallen.
4. Teig mit einem Ausstecher 11 cm Durchmesser ausstechen, Förmli damit auslegen und mit einer Gabel den Boden einstechen.

Lauchfüllung:

2 EL	Olivenöl
2	Lauchstangen
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
150 g	Pflanzenrahm (Soja, Hafer)
100 g	Pflanzenmilch (nicht gesüsst)
50 g	Maisstärke
1 TL	Gemüsebouillon
	Salz, Pfeffer, Paprika

1. Zwiebeln und Knoblauch in Würfeli schneiden.
2. Lauchstangen in Ringe schneiden und waschen.
3. Öl in einer Bratpfanne warm werden lassen und Zwiebeln und Knoblauch glasig braten.
4. Lauchringe dazugeben und ca. 5 Minuten unter Rühren mitdämpfen.
5. Maisstärke, Milch, Rahm und Bouillon verrühren und zum Lauch geben, warm werden lassen.

Fertig stellen: Lauchfüllung in die Förmchen auf dem Kuchenteig verteilen.

Backen: Bei 220 Grad auf der untersten Rille 20 Min. bei Ober- und Unterhitze backen. Für die letzten 5 Min. die Küchlein aus der Form nehmen und nur noch auf Unterhitze fertig backen.

Quicktipp: Kuchenteig fertig und oder auch schon ausgerollt kaufen.

Einkaufstipp: Der Sojarahm der Migros eignet sich zum Kochen nicht gut, da er bei hohen Temperaturen ausflockt. Daher empfehle ich Sojacuisine von Provamel zu verwenden.

Profitipp: Anstelle von Milch und Rahm 2 EL weisses Mandelmus mit Maisstärke und 400 ml Wasser mischen und zum Lauch geben.

Die Lauchchüechli kann man vor dem backen sehr gut tiefkühlen. Wenn sie gefroren sind, in Gefrierbeutel verpacken und schon hat man das nächste Mal Blitzschnell ein leckeres Essen parat. Die Backzeit verlängert sich um 5-10 Min.

Das Rezept ergibt ebenfalls eine grosse Wähe von einem Durchmesser von 26 cm.