



Caotina[®]

VEGANE REZEPTE



Man könnte meinen, eine heisse Schoggi
sei das Beste der Welt. Dabei ist das erst der Anfang ...

Mehr Rezepte unter: caotina.ch



Vielfalt zum Verlieben

Caotina ist so viel mehr als eine Tasse heisse oder kalte Schoggi: Luftig wie eine Mousse, zartschmelzend wie ein warmes Küchlein, knusprig wie ein Brötli, das frisch aus dem Ofen kommt – deiner Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Auf den folgenden Seiten findest du reichlich Inspiration und unter caotina.ch noch viele weitere Rezeptideen.

Lass dich überraschen!



Inhaltsverzeichnis



Veganer Caotina Cake
Seite 5



Veganes Caotina Schokoladenmousse
Seite 7



Veganer Caotina Schokopudding
Seite 9



Caotina Smoothiebowl
Seite 11



Caotina Chocolat Granola
Seite 13



Caotina Pancake Cereals
Seite 15



TIPP



Dieser schokoladige Kuchen eignet sich übrigens auch bestens als Geburtstagskuchen.

Caotina®

VEGANER CAKE



Für 10 Portionen



Backen
45 Minuten

Du brauchst ...

- 150 g Weissmehl
- 100 g gemahlene Mandeln
- 1 P. Backpulver
- 1 Prise Salz
- 180 g Caotina Original Pulver
- 40 g Zucker
- 1 P. Vanillezucker
- 250 ml Wasser
- 100 g neutrales Kokosöl

So einfach geht's:

- ♥ Eine Cakeform von 30 cm Länge mit Backpapier auslegen. Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.
- ♥ Die trockenen Zutaten in einer Schüssel vermischen. Wasser und Kokosöl hinzufügen und vorsichtig zu einem glatten Teig rühren.
- ♥ In die vorbereitete Cakeform füllen und in der Mitte des Ofens etwa 45 Minuten backen. Stäbchenprobe machen. Klebt nichts mehr am Stäbchen, kann der Cake aus dem Ofen geholt und auf einem Kuchengitter ausgekühlt werden.



Mmmmmh...



TIPP



Veganes Schokoladenmousse?

Na klar! Das Caotina Sojarahm-Mousse ist ein einfaches und schnelles Rezept, das sich perfekt als leichtes Dessert anbietet.

Caotina®

VEGANES SCHOKOLADENMOUSSE



Für 1–2 Personen



Zubereiten
15 Minuten

Du brauchst ...

- 200 ml Sojarahm (kalt)
- 4-5 EL Caotina Pulver Noir oder Original

So einfach geht's:

- ♥ Den kalten Sojarahm aufschlagen.
- ♥ Caotina Pulver in den Rahm unterrühren.
- ♥ Zum Schluss mit etwas Caotina Pulver dekorieren.



TIPP



Der vegane Caotina Schokopudding kann nach Lust und Laune garniert werden. Egal, ob mit Schokospänen für einen noch schokoladigeren Genuss oder mit leckeren Früchten und Beeren für eine fruchtige Note - Hauptsache mit viel Liebe.

Caotina®

VEGANER SCHOKOPUDDING



Für 4 Portionen



Zubereiten
10 Minuten

Du brauchst ...

Pudding

40 g Maisstärke
30 g Caotina Noir
3 EL Zucker
500 ml Haselnussmilch (oder eine andere Pflanzenmilch)

Toppings

Kokoscrème
Dunkle Schokospäne

So einfach geht's:

- ♥ Zucker in eine Schüssel geben, danach Caotina Pulver und Maisstärke dazu sieben, gut vermischen.
- ♥ Fünf Esslöffel Haselnussmilch dazugeben und verrühren, bis die Mischung glatt ist.
- ♥ Die restliche Haselnussmilch unter ständigem Rühren aufkochen und von der Platte nehmen. Zucker-Maisstärke-Caotina Mischung unter Rühren begeben.
- ♥ Alles gemeinsam nochmals kurz aufkochen lassen, Pudding in Gläser füllen und vollständig auskühlen lassen.
- ♥ Nach Wunsch mit Kokoscreme und Schokospänen garnieren.

Topping:

- ♥ Kokoscreme ist die dicke Schicht, die sich in der Kokosmilch bildet. Sie ist auch einzeln erhältlich.
- ♥ Als Toppings eignen sich auch Sojarahm oder Früchte – je nach Lust und Laune.



TIPP



Den Topping-Ideen sind keine Grenzen gesetzt. 😊

Caotina®

SMOOTHIEBOWL



Für 1 Bowl



Zubereiten
15 Minuten

Du brauchst ...

Smoothie

2 EL Haferflocken
1 EL gemahlene Mandeln
60 g Himbeeren
½ Banane
2 EL Caotina Noir
1 EL Ahornsirup
80 ml (Hafer)milch

Topping

½ Banane
40 g Himbeeren
1 EL gemahlene Mandeln

So einfach geht's:

- ♥ Alle Zutaten bis und mit der Hafermilch (alternativ kann auch eine andere Milch verwendet werden) in einen Mixer/Blender geben.
- ♥ Auf hoher Stufe fein pürieren.
- ♥ Den Caotina-Smoothie in einer Schale anrichten und die restliche Banane, die Himbeeren, 1 EL gemahlene Mandeln und je nach Geschmack 1–2 TL Caotina Crème Chocolat als Topping darauf geben.



En Guete!



TIPP



Das Chocolate Granola kann ganz individuell nach den eigenen Vorlieben angepasst und ergänzt werden. Wir wünschen dir viel Spass beim Ausprobieren!

Caotina®

CHOCOLATE GRANOLA



Für 1 Vorratsglas



Zubereiten
30 Minuten

Du brauchst ...

- 50 g Cashew Nüsse
- 50 g Mandeln
- 100 g Baumnüsse (zerkleinert)
- 50 g Haselnüsse
- 50 g Rice Crispies
- 150 g Buchweizen
- 2 E Leinsamen
- 75 g Datteln (zerkleinert)
- 1 Prise Salz
- 3-4 EL Caotina Noir (wer es schokoladiger mag, darf gerne auch mehr verwenden)
- 2 EL Erdnussbutter
- 30 g Erdnussöl

So einfach geht's:

- ♥ Alle Zutaten gut vermischen.
- ♥ Anschliessend für 10 – 15 Min. bei 180 °C (Umluft) backen und auskühlen lassen.



PS: Das Chocolate Granola ist auch ein tolles Geschenk!



TIPP



Hast du schon von Pancake Cereals gehört? Das sind Mini-Pancakes für die Müeslischüssel! Unsere vegane Kreation mit Caotina schmeckt so gut wie sie aussieht.

Caotina®

PANCAKE CEREALS



Für 4 Personen



Zubereiten
30 Minuten

Du brauchst ...

- 2 grössere Bananen
- 4 dl Hafermilch
- 9 EL Caotina Noir
- 200 g Mehl
- 3 ½ TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- Wenig Margarine für die Bratpfanne

So einfach geht's:

- ♥ Bananen und Hafermilch in eine Schüssel geben und gut pürieren, bis keine Stücke mehr zu sehen sind.
- ♥ Alle trockenen Zutaten dazugeben und Masse mit dem Schwingbesen kurz verrühren, bis auch hier keine Klümpchen mehr vorhanden sind.
- ♥ Ein Stück Margarine in Haushaltspapier einschlagen und durch das Papier hindurch die heisse Bratpfanne einfetten.
- ♥ Mittels eines Spritzbeutel kleine Portionen des Teigs in die Pfanne spritzen, alternativ kann man auch mit einem Teelöffel arbeiten.
- ♥ Pancake Cereals lauwarm oder kalt mit (Pflanzen)Milch, Ahornsirup oder Früchten servieren.



Basteln mit Caotina

Die leeren Dosen und Gläser von Caotina sind zu schade, um weggeworfen zu werden. Unsere Empfehlung: **Upcycling!** Also das Wiederverwenden von Gegenständen, quasi aus alt mach neu.

Alle Details unter caotina.ch/diy



Zeige uns deine
#Caotinamoments