

VEGANER FRISCHKÄSE



ZUTATEN:

125 g Weißkohl
1 TL Salz
350 g Macadamia-Nüsse
2 EL Hefeflocken
getrocknete Blüten zum Garnieren

ZUBEREITUNG:

Den Weißkohl klein schneiden, waschen und zusammen mit dem Salz und 500 ml Wasser im Mixer pürieren. In eine Schüssel füllen, mit einem Küchentuch abdecken und 3 Tage bei Zimmertemperatur fermentieren lassen. Nach 2 Tagen die Macadamia-Nüsse mit Wasser bedecken und über Nacht quellen lassen.

Am nächsten Tag die Nüsse abtropfen lassen und das Weißkohlpüree durch ein feines Sieb filtern. Den Weißkohlsaft unter dem Sieb auffangen.

Der Geruch des Saftes sollte jetzt an Sauerkraut erinnern.

200 ml des Saftes abmessen und zusammen mit den abgetropften Nüssen fein pürieren. Ein Sieb mit einem Küchentuch auslegen und die entstandene Weißkohl-Nuss-Masse einfüllen. Das Tuch über der Masse stramm eindrehen und, z. B. mit einer Schüssel Wasser, beschweren. Auf diese Weise 2 Tage bei Zimmertemperatur pressen und abtropfen lassen.

Die im Tuch verbliebene Masse mit den Hefeflocken vermischen, in Dessert-
ringe pressen und im Kühlschrank über Nacht kalt stellen.

Zum Servieren vorsichtig aus den Ringen drücken und zum Garnieren in getrockneten Blüten wälzen.