

# Backen ohne Ei

Wie du schnell ein Ei ersetzt...

.....

Alle Tipps entsprechen der Menge von 1 Ei

## Leinsamen

1 EL + 2 EL Wasser (quellen lassen)

## Seidentofu

50 g

## Banane

1/2 Banane, zerdrücken

## Apfelmus/-mark

75 ml

## Natron & Essig

je 1 EL (einfach im Teig mitverarbeiten)

## Sojamehl

1 EL mit 2 EL Wasser anrühren

## Johannisbrotkernmehl

1 EL mit 2 EL Wasser anrühren

## Stärke

1 EL mit 1,5 EL Wasser anrühren

## Backpulver

1 EL mit 1 EL Wasser und 1 TL Öl (geschmacksneutral) anrühren

## Erdnussbutter/-mus

3 TL

## Chiasamen

1 EL mit 3 EL Wasser (quellen lassen)

## Ei-Ersatz

1 TL mit 2 TL Wasser anrühren