



HANDLEIDING VEGANISTISCHE KAASSET

Veganistische kazen zijn producten die lijken op kazen gemaakt met dierlijke zuivel, maar waarvoor alleen plantaardige grondstoffen worden gebruikt.

Smaak, textuur en voedingskenmerken lijken erg op elkaar en herinneren soms zelfs aan hun naam. Bovendien hebben ze het voordeel dat ze perfect zijn, zelfs voor wie lactose-intolerant is of voor nieuwsgierige omnivoren die op zoek zijn naar cholesterolverlagend voedsel. Ze worden nu vaak gekocht in gespecialiseerde winkels, maar je kunt ze ook thuis bereiden met deze eenvoudige kit!

HOE JE VEGANISTISCHE KAAS MAAKT:

Voor dit veganistische kaaspakket moeten de gekozen noten minimaal 8 uur in water weken. Zorg ervoor dat de noten volledig bedekt zijn met water en zet de geweekte noten 8 tot 10 uur in de koelkast. Alle recepttijden zijn inclusief weektijd.



GEMARINEERDE VEGANISTISCHE FETA

Bereidingstijd 20 minuten, klaar in 10 uur. Maak ongeveer 200gr kaas.

Ingrediënten:

- 80g macadamia of rauwe amandelen (schil verwijderd na onderdompelen)
- 190 ml water
- 1 1/2 eetlepel agar
- 3/4 eetlepel zout
- 1/8 eetlepel citroenzuur

Voor de marinade:

- 2 eetlepels witte miso (optioneel)
- 62 ml appelciderazijn
- 1 1/2 eetlepel olijfolie
- 62 ml water
- 1 eetlepel gistvlokken
- 1 1/2 eetlepel kruiden
- 1/2 eetlepel ambachtelijk zout
- 1/2 eetlepel knoflookpoeder

Vorbereiding:

1. Laat de noten uitlekken en spoel ze af
2. Mix op hoge snelheid tot een gladde en romige massa
3. Verwarm onder voortdurend roeren tot 60 graden. Wanneer het mengsel is ingedikt, blijf dan nog 1 minuut roeren op het vuur.
4. Giet de feta in de vorm, dek af en zet 1-2 uur in de koelkast tot het hard wordt.
5. Meng de marinade ingrediënten in een kom.
6. Snijd de 'feta' in blokjes en doe ze in een potje. Giet de marinade erover en laat het 3 tot 4 uur rusten voordat je het opeet.

Gemarineerde veganistische feta kan tot 2 weken in de koelkast worden bewaard.

ZACHTE VEGANISTISCHE MOZZARELLA

Bereidingstijd: 20 minuten, klaar in 9 uur. Maak 200gr kaas.

Ingrediënten:

- 80gr rauwe cashewnoten
- 125ml ongezoete veganistische melk
- 1 1/2 eetlepel tapiocameel
- 1/8 theelepel citroenzuur

Vorbereiding:

1. Laat de noten uitlekken en spoel ze af
2. Mix alle ingrediënten samen en zorg ervoor dat ze allemaal goed gemengd zijn.
3. Verwarm het mengsel langzaam tot 60 graden, onder voortdurend roeren. Wanneer het mengsel dikker wordt, blijf dan nog 2-3 minuten roeren.
4. Als de mozzarella nog warm is, doe je het in een geschikte vorm.

Zachte veganistische mozzarella moet vers gegeten worden.

COMPACTE VEGANISTISCHE MOZZARELLA

Uitstekend rauw en gesmolten op pizza. Bereidingstijd: 30 minuten, klaar in 9 uur. Maak 200gr kaas.

Ingrediënten:

- 80gr rauwe cashewnoten
- 125ml ongezoete veganistische melk
- 1 & 1/2 eetlepel tapiocameel
- 1/8 theelepel citroenzuur
- 1/2 theelepel zout
- 1/2 theelepel agar
- Een kom met ijsblokjes om een ijsbad te creëren

Vorbereiding:

1. Spoel en laat de noten uitlekken voordat je ze in de elektrische blender doet met alle ingrediënten, behalve het ijs.
2. Mix tot je een dikke en homogene pasta krijgt.
3. Verwarm het mengsel langzaam tot 60 graden, onder voortdurend roeren. Als het mengsel begint in te dikken, blijf dan nog 2 minuten mixen.
4. Doe het mengsel in de mozzarellavormpjes en zet ze minstens 20 minuten in ijswater.

Compacte veganistische mozzarella kan tot 3 dagen in de koelkast bewaard worden, in een luchtdichte verpakking.

VEGETARISCHE HALLOUMI

Bereidingstijd: 20 minuten, klaar in 10 uur. Maak ongeveer 200gr kaas.

Ingrediënten:

- 80gr rauwe cashewnoten
- 125ml water
- 1 & 1/2 eetlepel tapiocameel
- 1 & 1/2 eetlepel olijfolie
- 1/2 eetlepel zout
- 1/2 eetlepel agar

Vorbereiding:

1. Laat de noten uitlekken en spoel ze af
2. Mix alle ingrediënten samen en zorg ervoor dat ze allemaal goed gemengd zijn.
3. Verwarm het mengsel langzaam tot 60 graden, onder voortdurend roeren. Wanneer het mengsel dikker wordt, blijf dan nog 2-3 minuten roeren.
4. Giet het mengsel in de vorm, dek af en laat 2-3 uur rusten in de koelkast.
5. Snijd en bak in een pan.

Vegetarische halloumi is voor het koken twee dagen houdbaar en 1 dag na het koken. Bewaar in de koelkast, het best direct uit de pan geserveerd.

VEGANISTISCHE RICOTTA

Fris, romig en ongelooflijk licht. Bereidingstijd: 5 minuten, klaar in 8 uur. Maak 200gr kaas.

Ingrediënten:

- 150gr macadamianoten of rauwe amandelen zonder schil
- 125ml water
- 1/2 eetlepel zout
- 1/8 theelepel citroenzuur

Vorbereiding:

1. Spoel de noten af en laat ze uitlekken
2. Mix alle ingrediënten tot het mengsel glad en romig is.
3. Giet het mengsel in de vorm.

Bewaar de veganistische ricotta tot 3 dagen in de koelkast in een luchtdichte verpakking.

VEGANISTISCHE ROOMKAAS

Bereidingstijd: 10 minuten, klaar in 16 uur. Maak 200gr kaas.

Ingrediënten:

- 150gr rauwe cashewnoten of walnoten
- 125ml water
- 1/2 eetlepel zout
- 1/4 theelepel citroenzuur
- 1/2 eetlepel gistvlokken

Vorbereiding:

1. Spoel de noten af en laat ze uitlekken
2. Mix alle ingrediënten tot het mengsel glad en romig is.
3. Giet het mengsel in de vorm.

Bewaar de veganistische roomkaas tot 3 dagen in de koelkast in een luchtdichte verpakking.

VEGANISTISCHE MASCARPONE

Bereidingstijd: 10 minuten, klaar in 16 uur. Maak ongeveer 200gr kaas.

Ingrediënten:

- 150gr rauwe cashewnoten
- 125ml water
- 1/2 eetlepel zout
- 1/8 theelepel citroenzuur

Vorbereiding:

1. Spoel de noten af en laat ze uitlekken
2. Mix alle ingrediënten tot het mengsel glad en romig is.
3. Giet het mengsel op de kaasdoek, laat 12 uur uitlekken.

Bewaar de veganistische mascarpone tot 3 dagen in een luchtdichte verpakking in de koelkast

