

# Inköpslista för Cook-along

## 29 mars 2021.

### Till Rökiga tunnbrödsrullar:

1 paket alspånsrökt tofu á 230 gram – märke YiPin  
2 dl havrefraiche eller vegansk färskost  
2 st salladslökar  
2 msk pepparrot på tub  
1 msk kallpressad rapsolja  
Juice från ½ citron  
1 krm "liquid smoke"  
50 gram färsk ruccola  
10 st. mjuka tunnbröd

### Till krämig pasta med örter och champinjoner:

500 g färska champinjoner  
Rapsolja till stekning  
1 gul lök  
2 vitlöksklyftor  
500 g pasta av valfri sort  
1 msk ljus sojasås  
1 tsk mörk sojasås  
2 tsk torkad oregano  
3 msk näringsjäst\*  
1 msk ljus grönsaksfond  
3 dl havregrädde  
2 dl gröna örter  
1 dl pastavatten

### Till kladdkaka:

150 g mjölkfritt margarin  
1 st (380 gram) kikärtor i tetra\*  
3 dl Strösocker  
2 dl Vetemjöl  
1 dl Kakao  
1 förp. Vegansk vispgrädde  
Ströbröd till formen  
Valfri garnering – frysta bär eller bär efter säsong.

Salt och peppar till alla recept.

\*Näringsjäst finns på de flesta, välsorterade livsmedelsaffärer eller på en hälsokost.

\* Kikärtsspad kallas även för Aquafaba – här ska vi alltså bara använda spadet från kikärtorna. Aquafaba har liknande egenskaper som ägg.