



Veganer Milk Tea mit Marshmallowcreme und Matcha



Zutaten

Für die Sesambällchen:

70 g	Klebereismehl
40 g	schwarzer Sesam
3	kurze Schaschlikspieße
40 ml	warmes Wasser
20 g	brauner Zucker
30 g	Erdnussbutter

Für die Marshmallowcreme:

75 g	Puderzucker
3 Pck.	Vanillinzucker
3/4 TL	Weinstein
3/4 TL	Matcha
180 ml	Flüssigkeit aus einer Dose Kichererbsen (Aquafaba)

Für den Milk Tea:

1,5 TL	Matcha
1,5	Avocados
450 ml	Hafermilch
	Eiswürfel
15 g	Ingwer
3 EL	brauner Zucker
6 EL	Haferflocken

Rezeptinfo

Zutaten für 3 Portionen

Zubereitungszeit: 1 Std.

pro Portion: 2738 kJ, 654 kcal, 107 g Kohlenhydrate, 14 g Eiweiß, 22 g Fett, 0 mg Cholesterin, 7,4 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:



Zubereitung

Bubble Tea ist gerade wieder voll im Trend und auch wir können dem leckeren Getränk nicht widerstehen! Wir zeigen dir, wie du einen etwas ausgefalleneren Hafer-Matcha-Bubble Tea ganz easy zubereiten kannst. Unser Hafer-Matcha-Bubble Tea besteht nämlich nicht nur aus Avocado, Haferflocken, Zucker, Hafermilch, Matcha und Ingwer sondern wird zusätzlich noch mit einer leckeren veganen Marshmallowcreme und Sesam-Bällchen getoppt. Die süßen Sesam-Bällchen bestehen aus einem Klebreismehlteig, welcher mit schwarzem Sesam und Erdnussbutter gefüllt wird. Probiere diesen ausgefallenen und mega leckeren Hafer-Matcha-Bubble Tea unbedingt auch einmal zuhause aus! So einfach geht's:

Step 1:

Als erstes bereitest du die Füllung der Sesambällchen vor. Dafür den schwarzen Sesam leicht anrösten und abkühlen lassen. Anschließend kannst du den Sesam in einem Multizerkleinerer zermahlen und mit dem Zucker und der Erdnussbutter mischen. Aus der Masse kleine Bällchen mit ca. 1 cm Durchmesser formen. Falls die Bällchen zu weich sein sollten, kannst du diese kurz kühl stellen.

Step 2:

Nun bereitest du den Teig für die Sesambällchen zu. Dafür das warme Wasser schluckweise zu dem Reismehl geben und alles mit der Hand verkneten. Es sollte eine leicht knetbare glatte Masse entstehen. Diese Masse für 30 Minuten stehen lassen. Anschließend kannst du den Teig zu einer Schlange ausrollen und in ca. 4 cm breite Teile teilen.

Step 3:

Nun formst du aus dem Teig einen flachen Kreis, drückst vorsichtig eine Kühle in die Mitte und legst eine Sesamkugel hinein. Nun die Sesamkugel mit dem Reisteig ummanteln und alles zu einer glatten Kugel formen. Dann kannst du heißes Wasser aufsetzen und die Sesambällchen vorsichtig in das kochende Wasser legen. Wenn die Sesambällchen oben schwimmen sind sie fertig. Jeweils 3 Sesambällchen auf einen Schaschlikspieß stecken.

Step 4:

Dann kannst du die Creme für den Bubble Tea vorbereiten. Dazu das Aquafaba und Weinstein in ein hohes Gefäß geben. Beides für ca. 3 Minuten aufschlagen. Dann kannst du die restlichen Zutaten für die Creme hinzugeben und alles für ca. 5 Minuten weiterschlagen, bis die Masse steif ist.

Step 5:

Für den Milk Tea entfernst du das Fruchtfleisch der Avocado und drückst es mit einer Gabel zu Mousse. Anschließend mischst du die Haferflocken, geriebenen Ingwer und einen Teelöffel braunen Zucker hinein. Die Masse nun auf drei hohe Gläser verteilen und jeweils 150 ml Hafermilch und ein paar Eiswürfel dazugeben. Die Marshmallowcreme vorsichtig auf die Hafermilch löffeln. Als letztes legst du die Sesambällchen auf und bestäubst alles mit etwas Matcha.

