



Alles Käse? Die Auswahl an veganen Alternativen hat enorm zugenommen. Heute gibt es u. a. Varianten auf Basis von Mandeln, Kokosöl, Soja oder Nüssen

Was tut sich auf dem VEGANEN KÄSE-MARKT?

Vor noch nicht allzu langer Zeit waren vegane Käse-Alternativen ein leidiges Thema, doch **mittlerweile gibt es sogar Exoten wie Blauschimmelkäse**. So wird der vegane Umstieg auch für Käseliebhaber immer einfacher und leckerer

VON MANUELA JAKOBI

Der vegane Käse-Markt ist im Turbomodus. Während viele Unternehmen über ein schwieriges Jahr klagen, freuen sich die Hersteller von Pflanzenkäse über sehr viele neue Kunden. Pflanzliche Alternativen zum Kuhmilch- oder auch Schafskäse werden immer beliebter, die Zahl der vegan lebenden bzw. alternierenden Menschen steigt. Zugleich erkennen immer mehr Konsumierende, dass die Produktion tierischer Lebensmittel umwelt- und klimaschädlich ist – vom unethischen Umgang mit Kühen und Kälbern ganz zu schweigen.

VIELE NEUHEITEN UND EINE IMMER BREITERE PALETTE

Was hat sich im zurückliegenden Jahr auf dem veganen Markt getan? Zunächst einmal sind neue Player dazugekommen, wie das italienische Start-up Mondarella. Seit Juni gibt es die gleichnamige vegane Alternative für Mozzarella in Deutschland zu kaufen – regulär bei Kaufland und Globus, aktionsweise auch bei Lidl und Penny.

Und es gibt weitere Neuheiten im Gesamtsortiment: Im Oktober hat Cashewrella mit „Plesse-Blue“ einen veganen Blauschimmelkäse gelauncht, und bereits seit Mai gibt es von Simply V vegane Burgerscheiben – offenbar ein Volltreffer, denn Burger mit fleischlosen Patties boo-

men. Die Scheiben überzeugen als gut schmelzende und würzende Käse-Alternative, die dem pflanzlichen Burger als ebenfalls pflanzliche Komposition ergänzen und abrunden. Der Marktführer aus dem Allgäu hat der Produktvielfalt an veganen Käsealternativen in den vergangenen Jahren einen unvergleichlichen Schub verliehen und ist weiterhin klar die Nummer eins.

Mit Violife ist derweil ein alter Hase auf dem veganen Markt wieder aufgetaucht: Das Unternehmen wurde von Upfield übernommen und hat im September eine ganze Reihe neuer Produkte von Scheiben über Blöcke bis zur geriebenen Variante gelauncht. Wie das Unternehmen betont, vertrauen die neuen

Eigentümer ganz auf die fast 30-jährige Expertise des in den 90er Jahren in Griechenland gegründeten Anbieters. Neu bei Violife sind u.a. die Scheiben „Gouda Geschmack“ sowie der „Epic Mature Cheddar flavour Block“.

Unterdessen hat Bedda 2020 den „Kräuter-Hirte“ in Salzlake sowie vier Blöcke („Classic, Mediterran, Rustikal, British Style“) auf den Markt gebracht. Mit Scheiben- und Schnittkäsealternativen sowie Pizzaschmelz ist auch Wilmersburger, einer der Pioniere der Branche, nach wie vor im Einzelhandel vertreten.

WAS IST EIGENTLICH DRIN IM PFLANZLICHEN KÄSE?

Wer bei so viel Käsealternativen den Überblick verliert: Keine Bange, es ist eigentlich ganz einfach. Trotz beachtlicher Auswahl und neuer Anbieter sind die Herangehensweisen der Hersteller in der Entwicklung oft ähnlich. Grob gesagt lässt sich pflanzlicher Käse in drei Gruppen einteilen: Alternativen auf Nuss-Basis (v.a. Mandeln, Kokosnüsse oder Cashews), Veggie-Käse aus Pflanzenöl (die meisten Hersteller verwenden Kokosöl) sowie Varianten auf Sojabasis.

Bei den Soja-Produkten gibt es besonders bei Frischkäse ein großes Angebot. Der Schweizer Bio-Hersteller Soyana verkauft unter der Marke Soyananda Frischkäse-Alternativen in verschiedenen Geschmacks- »



Mal probieren? Auch pflanzlicher Camembert wird immer leckerer

richtungen von Meerrettich, Tomaten bis Kräuter-Knoblauch und grüner Pfeffer. Typischen Soja-Geschmack liebt zwar nicht jeder, aber er kommt darin kaum durch.

Bei Alternativen auf Nuss-Basis findet sich vor allem für Camembert eine breite Auswahl. Dieser Klassiker besteht meist aus wenigen Zutaten: Cashewkerne, Wasser, vegane Fermentations- und Edelschimmelpilzkulturen sowie Meersalz. Das Ergebnis sind tatsächlich Produkte, die nicht nur geschmacklich überzeugen, sondern auch ungesättigte Fettsäuren und eine gute Portion Eiweiß liefern. Wer probieren möchte, bekommt bei Cashewrella mehrere Sorten „Vamembert“ oder bei Happy Cheeze die äußerst erfolgreiche Camembert-Alternative „Happy White“. „Mit feinem Edelschimmel überzogen, erinnert er nicht nur optisch an einen originalen französischen Camembert, sondern schmeckt unserer Meinung nach sogar noch ein bisschen besser“, beschreibt Unternehmens-Chef Dr. Mudar Mannah die Qualitäten des „Happy White“, der 2019 auf der Natural & Organic Products Europe in London, einer der weltweit größten Messen für Natur- und Bio-Produkte, zum „besten veganen Produkt“ gekürt wurde.

EINMAL DURCHFUTTERN UND NEUE LIEBLINGE FINDEN

Mit Blick auf die meist ähnlichen Grundzutaten der Produkte ist es verblüffend, welche Vielfalt der Markt hervorgebracht hat: Neben Käse-Alternativen am Stück oder geschnitten gibt es Streukäse für Pizza und Pasta, Alternativen für Schafskäse und Mozzarella, Frischkäse und Camembert. Erfreulich: Parallel zur Auswahl wächst auch die Qualität – im konventionellen, aber auch im Bio-Bereich.



Fazit: Der vegane Käse-Markt hat 2020 weiter rasant an Fahrt aufgenommen, und alles spricht dafür, dass sich diese Entwicklung in den kommenden Jahren fortsetzen wird. Nicht nur überzeugte Veganer profitieren davon: Käsefreunde, die umstiegswillig oder zumindest offen für Neues sind und sich einmal quer durch das vielfältige vegane Angebot futtern, werden einen neuen, rein pflanzlichen Lieblingskäse finden – ganz sicher. «

Einige Beispiele
PFLANZLICHE ALTERNATIVEN

Scheibenkäse

Z.B. auf Mandel- oder Kokosbasis, gibt's in der Naturvariante, aber auch würzig, mit Kräutern oder im Cheddar-Style (z. B. von Simply V).

Camembert

Mit vegane Fermentations- und Edelschimmelpilzkulturen – teils jetzt schon besser als das Original (z. B. von Happy Cheeze)

Schafs- und Schnittkäse

U.a. Kokosöl leistet hier Erstaunliches in Konsistenz und Geschmack (z. B. von Violife).

Mozzarella

Hier liegt das Geheimnis offenbar im Gebrauch von Mandeln (z. B. von Mondarella).

Frischkäse

Auch hier sorgen Mandeln für Frische und streichzarte Cremigkeit (z. B. von Simply V).

Schmelzkäse zum Streuen

Das Schmelzverhalten steht echtem Käse mittlerweile in nichts mehr nach (z. B. von Simply V, Violife, Wilmersburger).

Rezept-Tipp

Veganer Frischkäse

ZUTATEN:

- * 500 g ungesüßter Sojajoghurt
- * ½ TL Meersalz
- * ½ TL Zwiebelpulver (optional)
- * 1 TL Dill getrocknet (optional)
- * andere Gewürze nach Belieben

ZUBEREITUNG:

1. Um die überschüssige Flüssigkeit aus dem Sojajoghurt zu entfernen, ein Sehtuch oder Küchentuch in einen hohen zylindrischen Behälter hängen und mit einem starken Gummiband am Behälterrund befestigen.
2. Den Joghurt in das Tuch geben und mindestens 8 Stunden im Kühlschrank abtropfen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
3. In eine Schüssel geben, die restlichen Zutaten hinzufügen und gut vermischen.
4. In einem verschlossenen Behälter im Kühlschrank aufbewahren.

QUELLE: WWW.PROVEG.DE



Das Auge isst mit: Auch in der Optik sind vegane Alternativen den Originalen aus Kuhmilch mindestens ebenbürtig

FOTO: REPINANNATOLY, AMALLIAEKA, ROSSHELEN, ALLE ISTOCK (3), VEGANZ (1)

Voelkel

VIELFALT IN MEHRWEG

Nachhaltiger Getreide-Genuss aus Bio-Vollkornhafer

Endlich in der umweltfreundlichen Mehrwegflasche: Die glutenfreien Milchalternativen von Voelkel sind je nach Sorte ideal zum Aufschäumen, besonders mild und cremig, mit wertvollem Calcium zur Ergänzung einer veganen Ernährungsweise oder leicht-nussig im Geschmack.

VEGAN & GLUTENFREI



FÜR DEINEN KAFFEE ODER PUR, MIT CALCIUM ODER MANDEL