

Warum überhaupt pflanzliche Crêpes?

Pflanzliches Rezept (8 Crêpes)

- 250g Mehl
- 500ml Sojamilch
- 1 Pck. (8g) Vanillezucker
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL Zucker
- 1 Prise Salz



Klassisches Rezept (8 Crêpes) [1]

- 160g Mehl
- 333ml Kuhmilch
- 4 Eier
- 40g Butter
- 1 EL Zucker
- 1 Prise Salz



Randbedingungen:

- 1 Crêpe basiert für beide Rezepte auf 95g Teigmasse
- 1 Ei (Ø Größe M) $\hat{=}$ 58g [3]
- 1 EL Öl $\hat{=}$ 10g [4]
- 1 EL Zucker $\hat{=}$ 15g [4]
- 1 Prise Salz $\hat{=}$ 0,04g [5]



Für eine erwartete Menge von 200 Crêpes haben wir eine Einsparung von:



8,3l Kuhmilch $\hat{=}$ ca. 38% der Produktion einer Milchkuh pro Tag [2]



100 Eier $\hat{=}$ ca. 34% der jährlichen Produktion einer Legehennen [6]

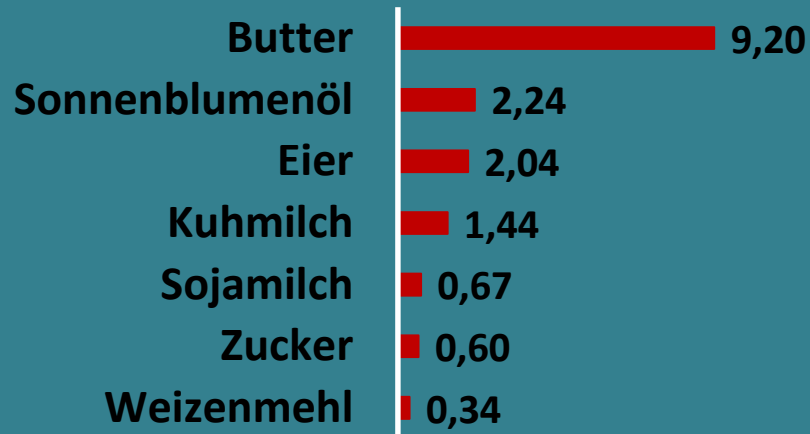


1kg Butter $\hat{=}$ ca. 18l Kuhmilch [7]

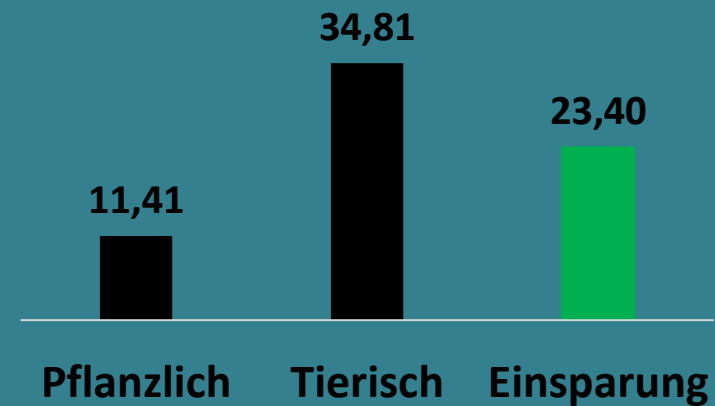


CO₂-Emissionsvergleich beider Rezepte bei einer Anzahl von 200 Crêpes:

CO₂-Emissionen in kg pro kg [8]



CO₂-Emissionen in kg bei 200 Crêpes [1, 8]



Die CO₂-Einsparung von 23,40kg durch unsere Crêpes entspricht etwa:



Dem CO₂-Speicher von zwei Bäumen [8]



Einer Autofahrt von 164km [8]



[1] <https://www.springlane.de/magazin/rezeptideen/crepe-grundrezept/>

[2] <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/153061/umfrage/durchschnittlicher-milchertrag-je-kuh-in-deutschland-seit-2000/>

[3] https://praxistipps.focus.de/wie-viel-wiegt-ein-ei-hier-gibts-die-antwort_59191

[4] http://www.reiseproviand.info/kochen_basics/masseinheiten

[5] <https://www.worldsoffood.de/kochen-und-rezepte/kuechentipps/item/1603-wie-viel-ist-eine-prise-salz.html>

[6] <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/180320/umfrage/legeleistung-von-hennen-seit-2005/>

[7] <https://www.meine-milch.de/milkipedia/butter>

[8] https://www.klimatarier.com/de/CO2_Rechner

