Rezept

Veganer Linsenbraten im Blätterteig

Ein Rezept von Veganer Linsenbraten im Blätterteig, am 28.04.2024

Zutaten

150 g	Berglinsen
1	kleine Zwiebel
1 EL	Leinsamen
1 Prise	gemahlener Kreuzkümmel (Cumin)
60 ml	Sojamilch
	kleine Kastenform (15-20 cm Länge)
1	Knoblauchzehen
1 kleiner Zweig	Rosmarin
1 TL	Speisestärke
1/2 TL	Salz
225 g	veganer Blätterteig (siehe Tipp)
	Backpapier für die Form und für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal

Zubereitung

1. Am Vortag die Linsen in 750 ml Wasser in ca. 30 Min. weich kochen. Inzwischen Knoblauchzehe und Zwiebel schälen und grob zerteilen. Den Rosmarin waschen, trocknen und die Nadeln fein hacken.

2. Leinsamen und Stärke mit 3 EL Wasser ca. 2 Min. quellen lassen. Die Linsen abgießen, kurz abkühlen lassen und zusammen mit Knoblauch, Zwiebel, Rosmarin, Kreuzkümmel, Salz und Sojamilch in der Küchenmaschine oder mit dem Pürierstab pürieren. Zum Schluss die Leinsamenmischung untermixen.

3. Den Ofen auf 220° vorheizen (Umluft 200° ohne Vorheizen). Die Form mit Backpapier auslegen, die Masse einfüllen, glatt streichen und im heißen Ofen (Mitte) ca. 1 Std. backen. Den fertigen Braten herausnehmen, abkühlen lassen und mindestens 8 Std. oder über Nacht in den Kühlschrank stellen, damit er fest wird.

4. Am nächsten Tag den Backofen auf 200° vorheizen (Umluft 180° ohne Vorheizen). Die Blätterteigplatten nebeneinander auf der Arbeitsfläche ca. 10 Min. auftauen lassen. Die Platten leicht überlappend zu einem Rechteck legen und mit einem Nudelholz etwas größer ausrollen. Den Linsenbraten darin einschlagen. Den Linsenbraten auf ein Blech mit Backpapier setzen und im heißen Ofen (Mitte) ca. 35 Min. backen.