

Rezept

Bandnudeln mit Pfifferlingrahmsauce (vegan)

Ein Rezept von Bandnudeln mit Pfifferlingrahmsauce (vegan), am 27.04.2024

Zutaten

1 große Zwiebel	1 Bund Thymian (ca. 10 Stiele)
500 g Pfifferlinge (ersatzweise braune Champignons)	300 g Bandnudeln
Salz	3 EL Olivenöl
2 EL Mehl	150 ml Gemüsebrühe
250 g Sojacreme	Pfeffer
3 EL Hefeflocken	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 540 kcal, 21 g F, 18 g EW, 66 g KH

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Thymian waschen, trocken schütteln, 2-3 Zweige für die Deko beiseitelegen. Von den restlichen die Blättchen abzupfen. Die Pilze säubern und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Bandnudeln nach Packungsanleitung in Salzwasser bissfest kochen.
2. In einer großen Pfanne das Öl erhitzen und Zwiebeln und Pilze darin bei großer Hitze unter Rühren 10 Min. anbraten. Kurz vor Ende der Garzeit die Hälfte des Thymians dazugeben. Mit Mehl bestäuben und mit Gemüsebrühe ablöschen. Alles gut mischen und mit Sojacreme aufgießen. Die Sauce für 1 Min. aufkochen und mit dem restlichen Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Bandnudeln servieren und mit beiseitegelegten Thymianzweigen und Hefeflocken bestreuen.