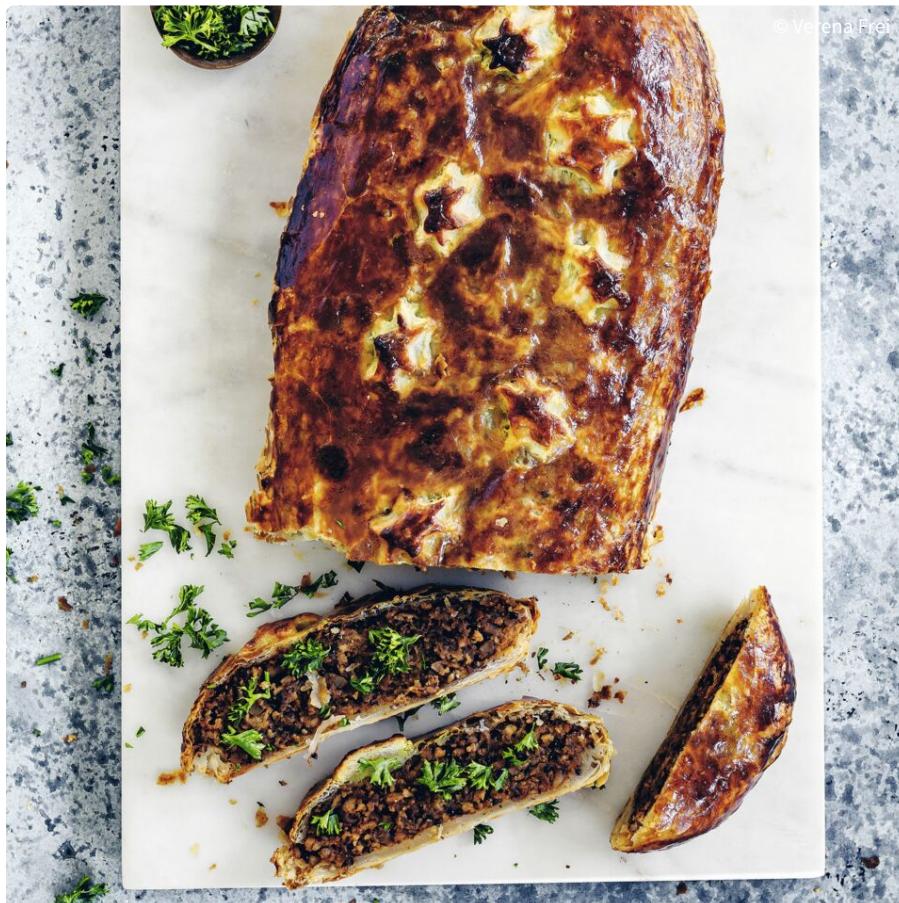


Rezept

Tofubraten in Blätterteig

Ein Rezept von Tofubraten in Blätterteig, am 20.12.2025



Zutaten

- | | |
|--|---|
| 2 Schalotten | 2 Knoblauchzehen |
| 2 EL Olivenöl | 250 g Champignons |
| 200 g Maronen (vorgegart; ersatzweise Walnüsse) | 250 g Räuchertofu |
| 100 ml Gemüsebrühe | 2 EL Tomatenmark |
| 1 TL Senf | 2 EL Sojasauce |
| 1 TL Oregano | 1 TL Rosmarin |
| Salz | Pfeffer |
| 2 EL Leinmehl (ersatzweise Sojamehl) | 70 ml Pflanzencreme |
| 75 g Paniermehl | 1 veganer Blätterteig (eckig ausgerollt) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 411 kcal, 20 g F, 16 g EW, 38 g KH

Zubereitung

1. Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Die Pilze putzen und mit den Maroni und dem Tofu fein hacken und dazugeben, zusammen 5 Min. anbraten.

2. Die Gemüsebrühe dazugeben und 5 Min. einkochen lassen. Tomatenmark, Senf, Sojasauce, Oregano und Rosmarin dazugeben und mit 1 TL Salz sowie Pfeffer würzen. Ca. 10 Min. bei kleiner Hitze schmoren.

3. Das Leinmehl mit 5 EL Wasser glatt rühren und 5 Min. quellen lassen. Mit 50 ml Pflanzencreme und Paniermehl zum Pilz-Tofu-Mix in die Pfanne geben, gründlich unterrühren. Noch einmal abschmecken.

4. Den Backofen auf 200° vorheizen. Den Blätterteig ausbreiten, die Füllung in die Mitte geben und den Blätterteig einschlagen. Überschüssigen Teig abschneiden. Aus den Teigresten nach Belieben Sterne ausstechen und auf dem Braten dekorieren. Mit der übrigen Pflanzencreme bestreichen. Im heißen Ofen (Mitte) in ca. 40 Min. goldbraun backen.