

Rezept

Vegane Speckknödel mit Pflaumenfüllung, Burgunderrahm und cremigem Bohnensalat

Ein Rezept von Vegane Speckknödel mit Pflaumenfüllung, Burgunderrahm und cremigem Bohnensalat, am 28.04.2024

Zutaten

Für die veganen Speckknödel, Schritt 1

200 g Räuchertofu	4-6 EL neutrales Öl
2 EL Flüssigrauch	1 Zwiebel
½ Bund glatte Petersilie	300 g Knödelbrot (oder altbackenes Brot in Würfeln)
300 ml Pflanzendrink	Salz
Pfeffer	1 Msp. frisch gemahlene Muskatnuss
3 EL Sojamehl	

Für den Burgunderrahm

1 Zwiebel	1 kleine Möhre
60 g Knollensellerie	4 Champignons
1 kleine mehligkochende Kartoffel	4 EL neutrales Öl
2 EL Tomatenmark	1 EL Zucker
500 ml Weißburgunder (oder anderer guter veganer Rotwein)	250 ml Gemüsebrühe
1 Zweig Thymian	2 Lorbeerblätter
Pfeffer	Salz

Cremiger Bohnensalat

300 g frische Stangenbohnen	1 TL Natron
½ rote Zwiebel	2 TL Ahornsirup
1 TL Senf	1-2 TL Cashew-Mus
1 TL Gurken-Einlegeflüssigkeit	1 1/2 TL Zitronensaft
Salz	Pfeffer
6 EL Olivenöl	

Für die veganen Speckknödel, Schritt 2

1 Handvoll Trockenpflaumen

Außerdem

Sprossen für die Dekoration (z. B. Erbsensprossen oder Rucolasprossen)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 970 kcal, 49 g F, 33 g EW, 77 g KH

Zubereitung

Veganen Speckknödel, Schritt 1

1. Den Tofu in Würfelchen schneiden und in einer Pfanne in 1 EL Öl knusprig braten. Mit flüssigen Raucharoma ablöschen, schwenken, herausnehmen und beiseitestellen.
2. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne in 1 EL Öl leicht braun braten. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken. Das Knödelbrot mit 100 ml Wasser mischen.
3. Den Pflanzendrink lauwarm erhitzen und mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Das Knödelbrot mit Tofu, Zwiebel, Petersilie, Pflanzendrink und Sojamehl verkneten. Die Knödelmasse abgedeckt 30 Min. ruhen lassen.

Burgunderrahm

4. In der Zwischenzeit Zwiebel, Möhre und Sellerie schälen, die Champignons putzen und die Kartoffel gründlich waschen. Alles in kleine Würfel schneiden. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Möhre, Sellerie und Pilze darin unter gelegentlichem Rühren anbraten.
5. Tomatenmark und Zucker untermischen und mitbraten, bis sich am Topfboden Röststoffe anlegen. Mit 50 ml Burgunder ablöschen und mit dem Kochlöffel den Bodensatz lösen. Die Flüssigkeit einkochen lassen, die Gemüsemischung erneut anrösten und wieder ablöschen. Den Vorgang drei- bis viermal wiederholen.
6. Die Kartoffel, Lorbeerblätter, Thymian, Salz, Pfeffer, den restlichen Wein und die Brühe hinzufügen. Den Topf mit einem Deckel verschließen und das Gemüse in ca. 20 Min. gar kochen.
7. Dann die Lorbeerblätter und den Thymian entfernen. Die Saucenbasis mit dem Stabmixer im Topf oder im Standmixer zu einer cremigen Sauce mixen. Falls die Konsistenz zu fest ist, etwas Gemüsebrühe oder Wein hinzufügen. Die fertige Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Cremiger Bohnensalat

8. Die Bohnen putzen, waschen und quer halbieren. Wasser mit Natron in einem Topf zum Kochen bringen und die Bohnen darin einige Minuten blanchieren. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.
9. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und mit den Bohnen in einer Schüssel beiseitestellen.
10. Für das Dressing Ahornsirup, Senf, Cashewmus, Gurkenaufguss, Zitronensaft, Salz und Pfeffer in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer pürieren. Abschließend 3 EL Wasser und das Olivenöl untermischen. Das Dressing mit den Bohnen und Zwiebelwürfeln mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Veganen Speckknödel, Schritt 2

11. Die Knödelmasse noch einmal gut durchkneten und abschmecken - oft braucht es noch etwas Salz. Aus der Masse ca. 8 Knödel formen, in die Mitte jeweils ein Loch drücken, 1 Trockenpflaume hineingeben und die Knödel mit etwas Semmelmasse verschließen, sodass wieder gleichmäßig runde Knödel entstehen.

12. Reichlich Wasser in einem großen Topf zum Sieden (nicht Kochen!) bringen und salzen. Die Knödel im siedenden Wasser in ca. 20 Min. gar ziehen lassen - sie sind fertig, wenn sie an die Wasseroberfläche steigen. Mit einem Schaumlöffel herausheben und in einem Sieb abtropfen lassen.
-
13. Das restliche Öl (2 EL) in einer großen Pfanne erhitzen und die abgetropften Speckknödel darin rundherum goldbraun und knusprig braten.
-

Anrichten

14. Den Bohnensalat mittig auf einem großen Teller platzieren und jeweils einen ganzen und einen mittig durchgeschnittenen Knödel darauf anrichten. Mit einem Esslöffel den Burgunderrahm schwungvoll darumherum verteilen und mit Erbsensprossen dekorieren.