

Rezept

Vegane mallorquinische Sin-Carne-Sobrasada

Ein Rezept von Vegane mallorquinische Sin-Carne-Sobrasada, am 15.12.2025

Zutaten

| | |
|---|---|
| 100 g getrocknete Tomaten | 4 EL Kichererbsenmehl (aus dem Bioladen) |
| 40 g gesalzene, geröstete Erdnusskerne | 2 Knoblauchzehen |
| 2 TL Fenchelsamen | 8 EL Olivenöl |
| 4 EL Tomatenmark | 2 TL gemahlener Kreuzkümmel |
| 2 EL edelsüßes Paprikapulver | 1 TL geräuchertes Paprikapulver |
| 1 TL getrockneter Oregano | 1 - 2 TL Salz |
| 1 TL gemahlener Pfeffer | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Würste (ca. 380 g) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min
| **Pro Portion** Ca. 155 kcal | **Haltbarkeit** gekühlt 4 Tage

Zubereitung

1. Die getrockneten Tomaten mit kochend heißem Wasser übergießen und ca. 15 Min. einweichen. Das Kichererbsenmehl mit 8 EL kochend heißem Wasser verrühren und ca. 10 Min. quellen lassen.
2. Die Tomaten in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und in die Küchenmaschine mit Schlagmesser oder den Mixer geben. Die Erdnüsse grob hacken und dazugeben. Die Knoblauchzehen schälen und dazupressen. Die Fenchelsamen im Mörser fein mahlen und mit Öl, Tomatenmark sowie dem angerührten Kichererbsenmehl ebenfalls hinzufügen.
3. Alle Zutaten zu einer groben Creme pürieren, in der noch Erdnussstückchen erkennbar sind. Die Creme mit Kreuzkümmel, edelsüßem und geräuchertem Paprikapulver, Oregano sowie Salz und Pfeffer würzen.
4. Aus der Masse acht kleine Würste formen. Die Würste zugedeckt im Kühlschrank ca. 3 Std. ruhen lassen. Sie passen kalt auf eine Tapas-Platte, z. B. mit Oliven, Aioli (siehe Seite 101) und geröstetem Brot.