

Rezept

Vegetarische Chraime

Ein Rezept von Vegetarische Chraime, am 28.04.2024

Zutaten

Für die Sauce

3 Knoblauchzehen	1 rote Peperoni
1 grüne Peperoni	3 bunte Paprika
2 Stangen Staudensellerie	2 Möhren
Salz	1 TL gemahlener Kreuzkümmel
1 TL Ras-el-Hanout	1 TL Korianderkörner
1 EL Olivenöl	1 Dose stückige Tomaten (400 g)

Für die Einlage

1 rote Zwiebel	$\frac{1}{2}$ rote Paprika
2 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Bund Koriandergrün
250 g Tofu	1 TL Olivenöl
$\frac{1}{2}$ TL gemahlene Kurkuma	1 TL gemahlener Kreuzkümmel
Salz	Pfeffer
100 g Semmelbrösel	1 Stängel Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal, 20 g F, 28 g EW, 69 g KH

Zubereitung

1. Für die Sauce den Knoblauch schälen. Peperoni und Paprika waschen, längs halbieren, von Kernen und weißen Trennwänden befreien und in grobe Stücke schneiden. Sellerie putzen, waschen und in Stücke schneiden. Möhren putzen, schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Knoblauch, Peperoni sowie die Hälfte der Paprika in einem Standmixer mixen. Salz, Kreuzkümmel, Ras el Hanout und Koriander hinzufügen und nochmals durchmixen.
2. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Sellerie und Möhren darin bei mittlerer Hitze 2 Min. andünsten. Die gemixte Masse dazugeben und 10 Min. köcheln lassen, dabei öfter umrühren. Restliche Paprika sowie stückige Tomaten einrühren und offen ca. 1 Std. bei kleiner bis mittlerer Hitze köcheln lassen.
3. Den Backofen auf 200° vorheizen. Für die Einlage Zwiebel schälen und würfeln. Paprika waschen, von Kernen und weißen Trennwänden befreien und in Stücke schneiden. Knoblauch schälen. Koriander waschen, trocken schütteln und grob hacken. Alle Zutaten für die Einlage bis auf die Semmelbrösel und die Petersilie ebenfalls mixen, salzen und pfeffern.

4. Die Masse in einer Schüssel mit den Semmelbröseln mischen und zu zehn Kugeln formen. Diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im Ofen (Mitte) ca. 15 Min. backen. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und hacken. Sauce auf Teller verteilen und mit der Einlage reichen. Mit Petersilie bestreuen.