

Vegane Zwiebelwähe

850gr Zwiebeln
200g Räuchertofu
2EL Tamari Sauce
2 Knoblauchzehen
60 g Vegane Butter (Alsan)
2EL Kichererbsenmehl
4EL Wasser
200ml Gemüsebrühe
300g Hafersahne
5TL Mandelmus
8EL Hefeflocken
1 EL Kümmel
1TL Pfeffer

1 Veganer Blätterteig

Zwiebeln in Streifen schneiden. Räuchertofu in kleine Würfel schneiden.
In einer grossen Pfanne 40g Vegane Butter schmelzen und die Zwiebeln beugeben.

In einer kleineren Pfanne die restliche Butter schmelzen und den Räuchertofu anbraten.
Die Tamari Sauce nach ca. 1Min. dazu geben. Nach weiteren 2Min die gehackten Knoblauchzehen beugeben. Wenn es schön Farbe angenommen hat beiseite stellen.

Wenn die Zwiebeln glasig geworden sind kommt die Gemüsebrühe dazu. Das Mandelmus einrühren. Die Masse muss etwas eindicken. Hitze nun reduzieren und mit der Hafersahne das ganze ablöschen. Den Räuchertofu beugeben. Kichererbsenmehl mit dem Wasser in einem kleinen Gefäss anrühren und unter die Masse mischen. Auf kleiner Flamme mit offenem Deckel nochmals einkochen lassen. Dauert ca. 10Min. Danach Hefeflocken, Kümmel und Pfeffer beugeben. Nochmals für 3Min. einkochen lassen.
Danach Topf an einen kühlen Ort stellen und abdampfen lassen.

In der Zwischenzeit den Blätterteig in eine Back Form geben und mit einer Gabel einstechen. Solange die Zwiebelmasse noch abkühlen muss (ca.10Min) kommt die Form in den Kühlschrank. Wenn die Masse nicht mehr dampft in die Form füllen und in den vorgeheizten Ofen wandern lassen.

Auf der zweituntersten Stufe bei 200°C 45Min backen. Am besten nach 20Min. Backzeit ein Metallstäbchen zwischen die Backofentüre stecken sodass der Dampf abziehen kann.

Fals die Zwiebelmasse noch zu flüssig erscheint, nach den 45Min backen, kann die Backzeit auf 10Min verlängert werden, Hitze jedoch auf 150°C reduzieren. Danach rausnehmen und in der Form abkühlen lassen bis er lauwarm ist. Dann aus der Form rütteln!!!

Dann heisst es, zu Tisch bitte es ist serviert und kann genossen werden ;-)))

Viel Freude und Genuss wünscht die Kräuterhexe (F.K.) vom hexengarten13.com