



Deftiger Sauerkrautauflauf

Zutaten: Mise en place:

600 g Kartoffeln vorw. festkochend (würfelig schneiden)
2-3 mittelgroße Karotten (würfelig schneiden)

60 g Cashewkerne
120 ml Wasser

Salz
Pfeffer
Muskatnuss

1 EL Öl
100 g Räuchertofu (würfelig schneiden)

1 Stange Lauch (in Ringe schneiden)
250 g Sauerkraut (abtropfen lassen)

50 ml Gemüsebrühe
1-2 TL Paprikapulver
½ TL geräuchertes Paprikapulver
Salz

Zubereitung:

Kartoffeln und Karotten in wenig Wasser (oder einem Dampfgarer) für ca. 15 Minuten garen lassen.

Aus den Cashewkernen und dem Wasser eine cremige Sahne mixen.

Sobald die Kartoffeln und Karotten gar sind, Wasser abgießen und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Nach und nach die Cashewsahne dazugießen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Öl in einer Pfanne erhitzen und den Räuchertofu darin anbraten.

Den Lauch zum Räuchertofu geben und kurz mitbraten, anschließend das Sauerkraut hinzufügen. Bei geschlossenem Deckel für 4-5 Minuten weiterbraten lassen.

Mit Gemüsebrühe ablöschen, mit Paprika und Salz würzen.

Eine Auflaufform (z.B. 17x25cm) mit wenig Öl einfetten.
Etwa 2/3 des Pürees hineingeben und glatt streichen.
Die Tofu-Sauerkrautmischung darauf verteilen, mit dem restlichen Püree bedecken und mit einer Gabel glattstreichen.

Bei 180°C für 20 Minuten backen.

1 EL Pinienkerne
1/2 Bund Petersilie

Fertigen Auflauf mit Pinienkernen und Petersilie garnieren.

Viel Spaß beim Nachkochen!