



Gebratene Pilzknödel mit Fisolen-Paprika Ragout

Sollte etwas übrig bleiben, kann man das problemlos einfrieren!

Zutaten: Mise en place:

30 g Hefe frisch
20 g Agavendicksaft

400 ml lauwarme Hafermilch

1 g Muskatnuss (gerieben)
20 g Salz
300 g griffiges Mehl
300 g Weizengrieß

Rapsöl
100 g Zwiebel (würfelig schneiden)

300 g Pilze (welche immer du willst, klein schneiden)

200 g Semmelwürfel
Salz und Pfeffer

20 g Petersilie (klein schneiden)

Aus dem Teig längliche Rollen formen, auf einem Dampfeinsatz geben und ca. 20-25 Minuten dämpfen lassen.

Vegane Butter zum anbraten

Zubereitung:

Hefe mit Agavendicksaft verrühren, bis die Hefe flüssig wird.

Hafermilch zufügen.

Alles einarbeiten und zu einen Teig kneten.
Einmal gehen lassen.

Zwiebel in Rapsöl anschwitzen.

Pilze zu den Zwiebeln geben und anbraten.

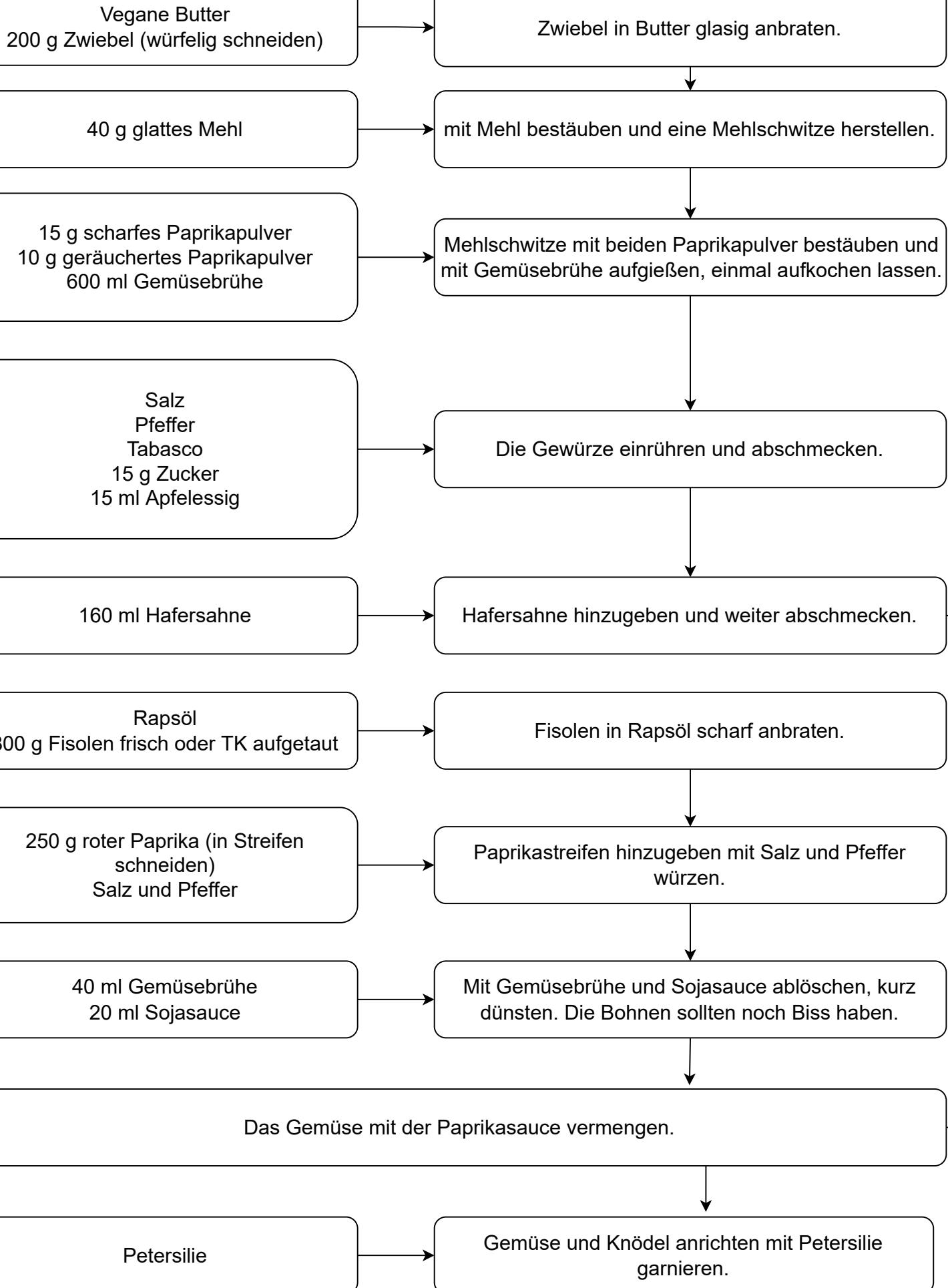
Semmelwürfel hinzugeben und vermengen.
Mit Salz und Pfeffer würzen, abkühlen lassen.

Petersilie hinzufügen und alles zum Hefeteig geben.
Alles verkneten so dass alles gut miteinander verbunden ist.

Aus dem Teig längliche Rollen formen, auf einem Dampfeinsatz geben und ca. 20-25 Minuten dämpfen lassen.

Knödel vor dem Servieren in Scheiben schneiden und in Butter knusprig anbraten.

Fisolen Paprika Ragout



Viel Spaß beim Nachkochen!