

Sauerkrautauflauf mit Räuchertofu



Zutaten

Für 4 Personen

Für den Kartoffelbrei:

1,5 Kg Kartoffeln
Sojamilch
2 TL Margarine
Salz
Pfeffer
Muskatnuss
Bockshornklee

Für die Sauerkrautmischung:

4 Zwiebeln
500 g Räuchertofu
500 g Sauerkraut
2 Lorbeerblätter
3 Pimentkörner
3 Wachholderbeeren
300 ml Gemüsebrühe
Öl zum Braten

Zubereitung

Kartoffeln schälen und garen, danach mit etwas Kochwasser und einem Schuss Sojamilch mit einem Kartoffelstampfer zu Brei verarbeiten. Die Margarine unter den Brei rühren und mit den Gewürzen abschmecken.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln und den Räuchertofu klein schneiden und beides in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten, danach das Sauerkraut hinzugeben und kurz mit andünsten. Die Gewürze unterrühren und mit Gemüsebrühe aufgießen, kurz ziehen lassen.

>>> Seite 1/2

www.lustauflecker.de

Der vegane Kochtalk auf Hope TV

Sauerkrautauflauf mit Räuchertofu

>>> Seite 2/2

Für die Soße zum Überbacken:

400 ml Hafermilch
1 TL Senf
2-3 EL Mandelmus
1 TL Bockshornklee
1 TL Schabzigerklee
2-3 EL Hefeflocken
Salz
Pfeffer

Danach alle Zutaten für die Soße in einen Topf geben und kurz aufkochen lassen. Dabei ständig mit dem Schneebesen rühren bis die Soße cremig wird.

Am Ende den Kartoffelbrei in eine Auflaufform geben und mit der Sauerkrautmischung bedecken, danach die Soße darüber gießen.

Der Auflauf wird im Ofen bei 180 Grad Umluft, für 20 - 30 Minuten gebacken, bis die oberste Schicht ganz leicht beginnt braun zu werden.