Ein Bild, das Essen, Platte, Kochkunst, Im Haus enthält.

Automatisch generierte Beschreibung

**Kartoffelgratin:**

1. Lege die Cashewkerne einige Stunden vorher in Wasser ein oder lasse sie für 30 Minuten in heißem Wasser einweichen. Schäle die Kartoffeln und schneide sie in hauchdünne Scheiben. Dies ist auch mit einem Hobel?! möglich

2. Übergieße auch die Kartoffeln mit kochendem Wasser und lass sie einweichen. Schäle die roten Zwiebeln und schneide sie in hauchdünne Scheiben.

3. Gieß die Cashewkerne ab. Gemeinsam mit dem Knoblauch, den Hefeflocken, der Stärke, Misopaste, etwas Gemüsebrühenpulver, Salz und Pfeffer mit 500 ml Wasser und mix es zu einer cremigen Sauce in einem Hochleistungsmixer oder Thermomix. Fülle die Sauce in einen Messbecher, der mind. 1 L Flüssigkeit fasst. Fülle die Sauce bis zur 1 L Markierung auf.

4. Nun wird alles in einer Auflaufform geschichtet. Starte mit einer Schicht Sauce, gefolgt von einer Schicht Kartoffeln und Zwiebeln. Die letzte Schicht besteht aus Kartoffeln. Optional sprinkle Rosmarin und Pankomehl über die Kartoffeln.

5. Das Kartoffelgratin wird bei 180 ° C Heißluft für 45 – 60 Minuten gebacken. Das Gratin sollte heiß und blubbern sein mit einer braunen Kruste.

**Roulade mit Bratensauce:**

1. Für die Brühe zum Einweichen alle Zutaten miteinander vermischen (die Gemüsebrühe muss heiß sein). Die Soja Big Steaks für 30 Minuten in der Brühe einweichen oder bis sie schön vollgesogen sind und sie sich nicht mehr hart anfühlen. Die Brühe zum Einweichen auffangen und aufbewahren.

2. Für die Marinade alle Zutaten miteinander vermengen und die Soja Steaks von beiden Seiten damit bestreichen. Die Soja Steaks sollten nun für einige Stunden im Kühlschrank mariniert werden.

3. Für die Bratensauce eine Zwiebel in kleine Würfel schneiden und für 1 Minute im Topf mit Öl scharf anbraten. Auch die Pilze und die Knoblauchzehe in kleine Würfel schneiden und mit anbraten. Wenn sich eine schöne Röstschicht auf dem Boden des Topfes gebildet hat, mit einem Drittel des Rotweins, der Sojasauce und das Gurkenwasser das Gemüse ablöschen. Die Flüssigkeit einkochen lassen, bis sich wieder eine Röstschicht am Boden bildet. Dann den Rotwein in 2 weiteren Schritten hinzufügen und wieder einkochen lassen. Danach das Tomatenmark hinzugeben und auch anbraten lassen. Dann 3 EL Mehl hinzufügen und kräftig rühren. Nach und nach kann die restliche Einweichbrühe der Steaks hinzugefügt werden. Auch die Lorbeerblätter hinzufügen und die Sauce für eine halbe Stunde köcheln lassen.

4. Schneide für die Füllung der Rouladen die Gewürzgurken längs zu Vierteln, die halbe Zwiebel in Streifen und den Räuchertofu und kleine Würfel. Der Räuchertofu könnte optional für noch mehr Geschmack scharf angebraten werden. Zum Rollen der Rouladen bestreiche die Soja Steaks von der Innenseite mit Senf und befülle das untere Drittel mit der Gewürzgurke, Zwiebel und Räuchertofu. Rolle die Roulade zusammen und stecke in beide Enden einen Zahnstocher.

5. Brate die Rouladen in einer Pfanne scharf mit Öl von allen Seiten an. Füge 1/3 der Bratensauce sowie einen guten Schuss Wasser hinzu. Bedecke die Pfanne mit einem Deckel und lass die Rouladen für 5 Minuten kochen. Bedecke die Rouladen danach mit der restlichen Sauce. Optional können die Rouladen nun noch für 20 Minuten bei 180 ° C im Ofen weitergebacken werden oder serviere sie direkt.

**Rotkraut „mal anders“:**

1. Den Rotkohl in feine Streifen schneiden und mit Salz und dem Zitronensaft sanft für ein paar Minuten massieren.

2. Den Ahornsirup und das Olivenöl untermischen und den Salat für einige Stunden oder über Nacht ziehen lassen.

**Rouladen mit Bratensauce, dazu ein Kartoffelgratin und Rotkraut „mal anders“**

**Zutaten:**

* 1kg Kartoffeln (mehligkochend)
* 3 kleine rote Zwiebeln
* 2-3 Zweige frischer Rosmarin
* Für die cremige Sauce
* 200 g Cashewkerne
* 6 EL Hefeflocken (80 g)
* 1 Zehe Knoblauch
* 1 TL Stärke
* 1 TL Misopaste
* Gemüsebrühe
* Wasser
* Salz & Pfeffer

**Rouladen mit Bratensauce:**

**Zutaten:**

* 4 Soja Big Steaks
* 80 g Champignons
* 2 Gewürzgurken
* 1 halber Block Räuchertofu
* 1,5 Zwiebel
* 1 Knoblauchzehe
* 1 EL Sojasauce
* 50 ml Gurkenwasser aus dem Glas
* 200 ml Rotwein
* 3 EL Mehl
* 3 EL Tomatenmark
* 2 Lorbeerblätter
* 2 Nelken
* Senf
* Salz, Pfeffer
* Frische glatte Petersilie
* Zahnstocher

Brühe zum Einweichen der Big Steaks:

* 1 L Gemüsebrühe
* 2 EL Tomatenmark
* 2 EL Senf
* 2 EL Sojasauce
* 2 EL Öl
* 1 gehäufter TL Paprikapulver
* ½ TL geräuchertes Paprikapulver

Marinade für die Big Steaks:

* 2 EL Tomatenmark
* 1 TL geräuchertes Paprikapulver
* 1 TL Paprikapulver
* 2 TL Zucker
* 2 TL Öl
* 4 EL Wasser

**Rotkraut „mal anders“**

**Zutaten:**

* 10 g Zitronensaft
* 10 g Ahornsirup
* 5 g Olivenöl
* 250 g Rotkohl
* Optional: Kapern