

Soja-Geschnetzeltes 'Zürcher Art' mit Rösti

Für zwei Personen

Für das Geschnetzelte:

100 g Sojaschnetzel	100 g braune Champignons	40 ml Sojasauce
1 EL mittelscharfer Senf	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 Zitrone	100 ml trockener Weißwein	250 ml Sojasahne
2 EL Speisestärke	500 ml Gemüsefond	40 ml Rapsöl
3 Zweige krause Petersilie	Rapsöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für die Rösti:

300 g festk. Kartoffeln	15 g Kartoffelmehl	100 ml Rapsöl
1 Muskatnuss	Salz	schwarzer Pfeffer

Für das Geschnetzelte die Sojaschnetzel, die Sojasauce, den Senf, das Rapsöl und den Gemüsefond in einen Topf geben, verrühren und zusammen erhitzen. Ein paar Minuten ziehen lassen und anschließend die Sojaschnetzel heraussieben und gut ausdrücken. Dabei den Sud auffangen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Champignons putzen, den Stiel stutzen und in Scheiben schneiden. Das Rapsöl in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Während des Erhitzens nach und nach die Champignons hinzugeben. Anschließend Zwiebeln und Sojaschnetzel mitbraten und den Knoblauch kurz vor Ende der Bratzeit dazugeben.

Das Geschnetzelte mit Weißwein ablöschen und kurz aufkochen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den aufgefangenen Sud, die Sojasahne und den Zitronensaft dazugeben und eine Weile köcheln lassen. Die Speisestärke in kaltes Wasser geben und zur gewünschten Sämigkeit in der Pfanne abbinden. Die Petersilie waschen und trocken tupfen. Die Blätter abzupfen, kleinhacken und kurz vor dem Anrichten unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Pfanne mit Rapsöl erhitzen. Für die Rösti die Kartoffeln schälen und mit dem Gemüseschneidmesser fein reiben. Die Muskatnuss reiben.

Mit Hilfe eines Geschirrtuches die Kartoffeln gründlich ausdrücken und anschließend mit Kartoffelmehl, Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Mit einem Esslöffel kleine Rösti in die Pfanne geben und flach drücken. Von beiden Seiten knusprig braten und anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Das Geschnetzelte zusammen mit den Rösti auf Tellern anrichten und servieren.

Merle-Marie Forstmann am 24. Juni 2015