

Laugen-Taler, Käse-Füllung, Pilz-Ragout, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Laugentaler:

3 Laugenstangen	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
50 g vegane Butter	100 ml Sojamilch	50 g veganer Reibekäse
10 g Petersilie	30 g Sojamehl	Olivenöl
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für das Pilzragout:

30 g Shiitake	50 g Kräuterseitlinge	50 g Austernpilze
80 g braune Champignons	1 rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, davon Saft	50 g vegane Butter	150 ml Hafersahne
100 ml Gemüsefond	50 ml Weißwein	50 ml Sojasauce
10 g Petersilie	1 EL Mehl	Olivenöl
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	250 g Sojajoghurt, ohne Zucker	1 TL vegane Crème-fraîche
30 ml weißer Balsamicoessig	3-4 Zweige Dill	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

1-2 Zweige Petersilie	1-2 Zweige Dill	essbare Blüten
-----------------------	-----------------	----------------

Für die Laugentaler:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Laugenstangen klein schneiden und in eine Schüssel geben. Petersilie klein hacken und mit Sojamehl, Sojamilch, Muskat, Salz und Pfeffer dazugeben. Schalotten und Knoblauch abziehen, in kleine Würfel schneiden, in etwas veganer Butter anbraten und ebenfalls zu dem Laugengemisch geben. Alles gut miteinander vermengen. Dann mit der Hand Taler formen. Für die Käsefüllung in der Mitte ein Loch bilden, etwas Käse hineingeben und mit Laugengemisch verschließen. Zum Formen der Taler eignet sich ein runder Anrichtering.

Taler in Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten. Dann im vorgeheizten Ofen bei 160 Grad warmhalten.

Für das Pilzragout:

Pilze putzen und grob schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein hacken. Olivenöl erhitzen, Pilze hineingeben und braten. Nach 5 Minuten Zwiebeln und Knoblauch dazugeben. Mit Weißwein ablöschen.

Sojasauce hinzufügen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Mehl drüberstreuen und mit Gemüsefond ablöschen. Alles 5 Minuten köcheln lassen. Zuletzt die Hafersahne und Butter dazugeben und andicken lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Petersilie hacken und unter die Pilze rühren.

Für den Gurkensalat:

Gurke in hauchdünne Scheiben schneiden. Gurke in ein Sieb mit etwas Salz geben und 10 Minuten entwässern lassen. Dann mit den Händen ausdrücken. Dill fein schneiden. Joghurt, Crème fraîche, Balsamicoessig und Dill in einer Schüssel vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gurken dazugeben und alles gut vermischen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Dill, Petersilie und Blüten garnieren.

Vishi Parameswaran am 26. April 2023