



Klassischer Wirsing-Kartoffel-Topf mit veganem Hack

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Personen):

1 Wirsing, 1 Gemüsezwiebel, 300-400g Kartoffeln, je nach Belieben, 2 Pck. Veggie Hack vom Laiseacker, 700ml Gemüsebrühe
200ml Sojasahne, 4 Knoblauchzehen

Zubereitung:

1. Die Zwiebel schälen und in kleinere Streifen schneiden. Den Wirsing waschen und ggf. äußere Blätter abnehmen, halbieren und ebenfalls in kleinere Streifen schneiden.
2. In einer Pfanne die Zwiebeln mit etwas Öl dünsten, dann die Wirsingstreifen hinzugeben und gut vermischen. Kartoffeln waschen und in Würfel schneiden.
3. Das Veggie Hack vom Laiseacker mit der Tomatenwürze aus der Packung nehmen und zur Pfanne hinzugeben. Knoblauch schälen und pressen und zur Pfanne geben. Alles kurz anbraten.★
4. Die Kartoffeln hinzugeben und alles nochmal gut vermischen. Die Hitze reduzieren und mit geschlossenem Deckel 15 Minuten köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren
5. Wenn die Kartoffeln fast durch sind, die Sojasahne hinzugeben und bei geöffnetem Deckel noch 5 Minuten köcheln lassen.

★alternativ 150g Tomatenmark, 4EL Sojasauce, 2 EL Hefeflocken, Pfeffer & Würzmittel wie Chili, je nach Belieben

Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf
www.bepabio.ch
Guten Appetit

