



vegane Weißwurst

Zutaten

- 200 g Tofu Natur
- 1 Esslöffel gehackte Petersilie
- 2 Teelöffel Muskat gemahlen
- 1 Teelöffel gemahlener Kardamom
- 1 Teelöffel gemahlener Ingwer
- 3 Teelöffel Zwiebelpulver
- 2 Teelöffel Gemüsebrühe-Pulver
- 2.5 Esslöffel Johannisbrotkernmehl
- 50 ml Wasser
- 1 Prise(n) Salz
- 1 Prise(n) Pfeffer

Kochzeit: 40 min

Gesamtzeit: 40 min

Portionen: 2

Zubereitung

1.

Zerreibe den Tofu mit den Händen in kleine Stücke.

2.

Mische alle Zutaten in einer Schüssel und verknete sie kräftig miteinander. Schmecke die Masse nochmal ordentlich mit den Gewürzen ab. Es darf ruhig etwas würziger schmecken.

3.

Forme aus dem Teig 3 Würste und wickle sie eng in Alufolie ein, dass sie möglichst wenig Wasser direkt abbekommen.

4.

Bringe in einem Topf Wasser zum Kochen, schalte den Herd auf etwa mittlere Hitze herunter und platziere die eingewickelten Würste so darin, dass sie nicht den Boden berühren. Je nach Topf kannst du sie z. B. mit der Alufolie am Rand festklemmen oder in einem Sieb garen. Koche die veganen „Weißwürste“ so 20 Minuten.

5.

Nimm sie nach der Kochzeit aus dem Wasser und lasse die veganen „Weißwürste“ noch kurz abkühlen, bevor du sie auswickelst und mit süßem Dattelsenf und Brezeln servierst.