



Gefüllte Pastete mit Protein Chunks

Zutaten

1 Stück(e) glutenfreier Blätterteig (320 g, rechteckig ausgerollt, 42x26cm)

2 Esslöffel Erdmandelcreme

70 g Protein Chunks Schnitzel

1 Kleine(s) Zwiebel

250 g braune Champignons

3 Esslöffel Sojasauce

2 Teelöffel Senf

Etwas Zitronensaft

400 ml Wasser

1 Prise(n) Salz

1 Prise(n) Pfeffer

1 Esslöffel Tomatenmark

0.5 Teelöffel geräuchertes Paprikapulver

Kochzeit: 1 h

Gesamtzeit: 1 h

Portionen: 3

Zubereitung

1.

Vermenge 1 EL Tomatenmark, 1 TL Senf, 2 EL Soja-Sauce und das geräucherte Paprikapulver in einer Schüssel und marinieren die Protein Chunks darin.

2.

Rolle den Blätterteig auf der Arbeitsfläche aus. Schneide die lange Seite in 6 Streifen und die kurze Seite in 4 Streifen, sodass nun 24 Rechtecke entstehen. Lege hiervon 6 Vierecke zur Seite.

3.

Lege nun jeweils 3 Rechtecke ohne Druck übereinander und schneide mit einem Messer das Innere bis auf 1 cm Rand raus. Dieser wird später als Deckel verwendet.

4.

Lege nun die Rahmen jeweils auf die übrigen Quadrate und drücke die unterste Schicht vorsichtig an den Boden fest.

5.

Stich anschließend die Böden der Pasteten und die Deckel mehrmals mit einer Gabel ein. Backe die Pasteten im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad für ca. 10-12 Minuten goldbraun.

6.

Erhitze für die Füllung in einer großen Pfanne etwas Öl und brate die Protein Chunks für 2-3 Minuten scharf an. Nimm sie aus der Pfanne und stelle sie beiseite.

7.

Brate nun in der gleichen Pfanne die klein gewürfelte Zwiebel glasig an, gib die klein geschnittenen Pilze dazu und brate alles für 5 Minuten bei mittlerer Hitze an.

8.

Gib nun die Protein Chunks, Erdmandelcreme, Sojasauce, Senf, Zitronensaft und Wasser zu. Lasse die Sauce bis zur gewünschten Sämigkeit einkochen und schmecke sie mit Salz & Pfeffer ab.

9.

Gib nun zum Schluss die Füllung in die Pasteten und serviere sie, wenn du möchtest, mit einem frischen Salat.