



Goodels mit Kräuterseitlingen und Maronen

Zutaten

20 g Steinpilze, getrocknet

1 Stück(e) Zwiebel

200 g Maronen, vorgegart

Etwas Öl oder Ghee

1 Zehe(n) Knoblauch

300 ml Gemüsebrühe

3 Esslöffel Sojasauce

1 Pack Goodels (wir haben Goodel gekeimter Buchweizen verwendet)

200 ml pflanzliche Sahnealternative

1 Teelöffel Thymian, getrocknet

1 Esslöffel Hefeflocken

200 g Kräuterseitlinge

1 Prise(n) Salz

1 Prise(n) Pfeffer

Kochzeit: 30 min

Gesamtzeit: 30 min

Portionen: 2

Zubereitung

1.

Gib die getrockneten Steinpilze in eine kleine Schale und übergieße sie mit heißem Wasser. Lasse sie für 15 Minuten ziehen.

2.

Schäle die Zwiebel und würfle sie grob klein. Schneide außerdem die Maronen in Scheiben und stelle eine Hälfte beiseite.

3.

Erhitze Öl oder Ghee in einem Topf und röste die Zwiebeln und Maronen bei mittlerer Hitze an. Presse dann die Knoblauchzehe dazu und röste sie kurz mit an.

4.

Lösche alles mit der Gemüsebrühe und 1 EL Sojasauce ab. Gieße außerdem die eingeweichten Steinpilze ab, presse sie aus und gib sie hinzu.

5.

Schmecke deine Sauce mit Salz und Pfeffer ab und lasse sie etwa 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln. Koche in der Zwischenzeit die Goodels nach Packungsanleitung.

6.

Püriere deine Sauce zu einer cremigen Masse und rühre die pflanzliche Sahnealternative, Hefeflocken und Thymian unter. Schmecke nochmal mit Salz und Pfeffer ab und stelle die Maronen-Pilz-Sauce beiseite.

7.

Putze die Kräuterseitlinge und schneide sie in Scheiben. Erhitze etwas Öl oder Ghee in einer Pfanne und brate die Kräuterseitlinge und die restlichen Kastanien darin an.

8.

Lösche sie mit 2 EL Sojasauce ab, sobald die Kräuterseitlinge und Maronen etwas Farbe angenommen haben.

9.

Richte nun die Nudeln mit der Sauce und dem Kräuterseitling-Maronen-Topping an und verwöhne deine Geschmacksknospen mit herbstlichen Genüssen!