

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2



Fotocredit: Simeon Baker

Vegetarisches Erdäpfel-Gemüse-Gröstl auf Gemüse-Creme mit Käse

Zutaten

(4 Personen)

Für die Gemüse-Creme

- 300 g Wurzelgemüse (hier: 1 Pastinake und 150 g Kürbis, aber auch Karotten, Peterwurzeln bieten sich an)
- etwas Margarine
- 250 ml Sojacreme
- Salz

Für das Gröstl

- Kartoffeln (gekocht und geviertelt)
- Olivenöl
- Gemüse-Allerlei aus dem Kühlschrank (hier Champignons, Zwiebel, Lauch etwas Kürbis, Tomaten)
- Salz

Quelle: ORF extra

- Pfeffer
- frische Kräuter oder Kresse
- Käseüberbleibsel aus dem Kühlschrank (hier: 150 g Schafkäse)

Zubereitung

Für die Creme geschälte Pastinaken, Kürbis in Salzwasser ganz weichkochen, abseihen, mit kleinem Stück Margarine und Sojacreme fein pürieren und mit Salz abschmecken.

Für das Gröstl Gemüse vorbereiten, (Wurzelgemüse muss geschält, geputzt und vorgekocht werden) Sommergemüse (Zucchini, Paprika, Tomaten etc.) nur geschnitten, zuerst Kartoffeln in Olivenöl kross anbraten, herausheben, damit sie beim Anbraten des darauf folgenden Gemüse nicht kaputt gehen.

In Scheiben geschnittene Champignons und grob geschnittene Zwiebel zuerst in die Pfanne geben. Dann grob geschnittenen Lauch, Kürbis und Tomaten hinzufügen. Kartoffeln wieder begeben und salzen, pfeffern. Gehackte Kräuter darüberstreuen und fertig wäre das vegane Gericht. Für ein vegetarisches Gericht Schafskäsewürfel begeben. Zum Schluss auf der Gemüse-Creme anrichten.