

Rezept

Panierte Sojamedaillons mit Mumme-Pilz-Soße (vegan)

für 6 Personen

Zutaten:

100 g getrocknete Sojaschnetzel
Brühe
Sojasoße
Paniermehl
Mehl
Paprika, Salz, Pfeffer
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
250 ml Soja- oder Hafersahne
Mumme
Speisestärke
Champignons (vorzugsweise frisch)
Öl zum Braten

Zubereitung:

Sojaschnetzel mit kochendem Wasser aufgießen, etwas Sojasoße und ein paar Löffel lösliche Brühe dazugeben. Das Ganze 10 Minuten einweichen lassen, danach abgießen. Mehl mit Gewürzen und Wasser verrühren, die Sojamedaillons erst darin und dann in Paniermehl wenden. In Öl braten und die Pilze in Scheiben zusammen mit gewürfelten Zwiebeln und Knoblauch anbraten, mit Mumme ablöschen. Mit Sojasahne aufgießen und mit etwas angerührter Speisestärke binden.

