



Rezeptinfo

Zutaten für 8 Portionen

Zubereitungszeit: 1 Std. + 1 Std. Backzeit

pro Portion: 2435 kJ, 582 kcal, 58,9 g Kohlenhydrate, 18,5 g Eiweiß, 32,8 g Fett, 0 mg Cholesterin, 9,4 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad:  Kosten: € €

vegan

Zubereitung

Oh du köstliche Weihnachtszeit! Überrasche deine Familie doch mal mit einem etwas anderen Festessen: Nussbraten mit Klößen und Rosenkohl! Diese leckere vegane Alternative ist ganz einfach zubereitet und schmeckt himmlisch. Für den Braten verrührst du die fein gemahlene Nuss-Frucht-Mischung mit einem Püree aus Zwiebeln, Knoblauch, braunen Linsen, Tomatenmark, Senf, Sojasoße, Misopaste und verschiedenen Gewürzen. Streiche die Bratenmasse in eine Backform und schiebe sie in den Ofen. Während der Bratenduft das Haus erfüllt, bereitest du eine leckere vegane Bratensoße vor, röstest den blanchierten Rosenkohl zusammen mit Zwiebeln und veganem Speck und garst die Mini-Kartoffel-Knödel. Dazu gibt's Wildpreiselbeeren und garantiert jede Menge guter Christmas vibes.

Step 1:

Für den Braten den Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und eine Kastenbackform mit der veganen Butter ausfetten. Die Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und grob hacken. Die Nüsse in den Standmixer geben, fein mahlen und anschließend in eine Schüssel füllen. Gib die Zwiebel, Knoblauch, die braunen Linsen und alle weiteren Zutaten für den Braten in den Mixer und püriere sie grob. Die Masse zu den gemahlene Nüssen geben und zügig miteinander verrühren.

Step 2:

Streiche die Bratenmasse in die Kastenform und drücke sie fest an. Den Nussbraten für 50 bis 60 Minuten backen. Sollte der Braten zu dunkel werden, deckst du ihn mit Alufolie oder Backpapier ab.

Step 3:

Während der Backzeit bereitest du die Bratensoße vor. Dazu die Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und in grobe Stücke schneiden. Die Champignons putzen und halbieren. Schäle die Karotten und schneide sie ebenfalls in grobe Stücke. In einem Topf das Öl erhitzen und das Tomatenmark darin dunkel anrösten. Gib das gesamte Gemüse dazu und röste es ebenfalls von allen Seiten an. Dabei darf das Gemüse am Topfboden etwas anbrennen. Gieße den Balsamico Essig und die Gemüsebrühe auf und lasse die Flüssigkeit kurz einreduzieren. Anschließend die Sojasoße, Misopaste und den Agavendicksaft hinzugeben. Die Bratensoße für 30 Minuten köcheln lassen. Sobald das Gemüse weich ist, pürierst du die Soße. Nach Belieben durch ein Sieb streichen, um eine feinere Soße zu erhalten. Rühre die Schokolade ein und würze mit Salz und Pfeffer.

Step 4:

Ca. 20 Minuten vor Ende der Backzeit des Bratens beginnst du damit die Beilagen vorzubereiten. Dazu blanchierst du den Rosenkohl für 3 Minuten im heißen Wasser und schreckst ihn anschließend mit kaltem Wasser ab. Die Zwiebel schälen und sehr fein hacken. In einer Pfanne die vegane Butter erhitzen und darin die Zwiebel sowie die veganen Baconwürfel anschwitzen. Gib den Rosenkohl dazu und brate ihn kurz mit an. Die vegane Kochcreme aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mini-Kartoffel-Knödel nach Packungsanweisung zubereiten.

Step 5:

Sobald der Nussbraten fertig gebacken ist, nimmst du ihn aus dem Backofen und lässt ihn für 10 Minuten in der Backform ruhen. Anschließend auf eine Platte oder ein Brett stürzen. Erhitze 2 EL von den Wildpreiselbeeren und streiche den Nussbraten damit ein. Anschließend in Scheiben schneiden und mit der Bratensoße, dem Rosenkohl, den Mini-Kartoffel-Knödeln und den restlichen Wildpreiselbeeren servieren.

Zutaten

Für den Braten:

1 TL	My Veggies Vegane Butter
1	rote Zwiebel
2	Knoblauchzehen
200 g	Nusskernmischung
200 g	Nuss-Frucht-Mischung
250 g	braune Linsen aus der Dose
1 EL	Tomatenmark
1 TL	Senf
1 TL	Misopaste
1 EL	Sojasoße
1 TL	Oregano
1 EL	Paprika, edelsüß
2 EL	Speisestärke
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Für die Bratensoße:

1	rote Zwiebel
1	Knoblauchzehe
100 g	Champignons
2	Karotten
1 EL	Pflanzenöl
1 EL	Tomatenmark
1 EL	Balsamico Essig
500 ml	Gemüsebrühe
1 EL	Sojasoße
1 TL	Misopaste
1 EL	Agavendicksaft
25 g	Zartbitterschokolade
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Für die Beilagen:

1 Pck.	Rosenkohl TK
1	kl. Zwiebel
1 EL	My Veggies Vegane Butter
1 Pck.	My Veggies Vegane Baconwürfel
200 ml	My Veggies Vegane Kochcreme
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1 Prise	Muskatnuss
1 Pck.	Mini-Kartoffel-Knödel
1 Glas	Wild-Preiselbeeren

Sonstiges:

	Kastenbackform
	Standmixer
	Alufolie oder Backpapier
	Pürierstab
	Sieb