



Paprika-Sauerkraut mit Thymian Wedges

Zutaten Paprika-Sauerkraut

100 g Räucher-Tofu
1 EL Sonnenblumenöl
2 Zwiebel in Würfel geschnitten
3 EL Paprikapulver edelsüß (wer mag auch gerne scharf)
1 EL Tomatenmark
500 g Bio Sauerkraut (idealerweise offenes Kraut frisch vom Faß kaufen)
4 cl Bio-Birnensaft
Bohnenkraut, Kümmel ganz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt

Sauerrahm-Dip

200 g Sauerrahm mit Salz und Pfeffer gemahlen (für Veganer Sojacreme)

Zubereitung Thymian Wedges

Zuerst die Kartoffeln waschen, in Spalten schneiden, mit den Zutaten vermischen und locker auf ein Backblech verteilen. Dann ab ins Backrohr bei etwa 180° C mind 25 min (je nach Ofen)

Zubereitung Paprika-Sauerkraut

1. Räucher-Tofu würfeln und in der Pfanne mit Öl gut anbraten.
2. Würfelig geschnittene Zwiebeln zugeben und glasig dünsten. Tomatenmark mit rösten.
3. Paprikapulver beimengen und gut verrühren.
4. Mit Birnensaft ablöschen
5. Sauerkraut und Gewürze dazugeben und bei mittlerer Hitze 10 Minuten erwärmen. (Kraut soll noch leicht knackig sein)

Thymian Wedges nach dem Backen leicht salzen und mit dem Sauerrahm-Dip zum Kraut servieren! Mahlzeit ;-)

Gutes Gelingen

Familie Scheiblauber