



 *Veganes*
3-Gänge Weihnachtsmenü

(für 4 Personen)

Vorspeise:

Champignon-Creme mit gerösteten Baguette Scheiben auf Salatbett

Hauptspeise:

Gebratene Polenta mit Rosmarin-Orangen-Kürbisgemüse

Dessert:

Tofu-Schoko-Creme mit Vanillekirschen





Champignon-Creme mit gerösteten Baguettescheiben auf Salatbett

Öl zum Braten
1 Zwiebel (gehackt)
2 Knoblauchzehen (zedrückt)
370 g frische Champignons (klein geschnitten)
125 g Mandeln (geröstet)
2 EL Hafer-oder Sojasahne
3 EL Petersilie
1 EL Thymian
16 Baguettescheiben
Olivenöl zum Bestreichen

250 g gemischter Blattsalat z. B. Feldsalat, Friseesalat, Radicchio
2 EL dunkler Balsamico Essig
4 EL Olivenöl
1 TL mittelscharfer Senf
1 TL dunkler Honig
Salz, Pfeffer

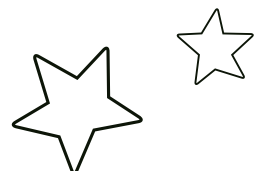
Zubereitung:

Die gehackten Zwiebeln glasig dünsten. Knoblauch und Pilze dazu geben und so lange braten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die Mandeln im Mixer mahlen, abgekühlte Pilzmischung, Hafer-oder Sojasahne hinzugeben und pürieren. Zum Schluss die Kräuter untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und bis zum Servieren kalt stellen.

Die Baguettescheiben mit etwas Olivenöl bestreichen und im Ofen bei 180 ° C goldbraun rösten.

Den Salat waschen, mit dem Dressing vermischen und auf Tellern verteilen.

Baguettescheiben mit Steinpilzcreme bestreichen, zusammen mit dem Salat servieren.





Gebratene Polenta mit Rosmarin-Orangen-Kürbisgemüse

500 ml Gemüsefond
500 ml Hafer-oder Sojamilch
250 g Maisgrieß (Polenta)
Salz
Pfeffer
Muskat (gemahlen)
Öl zum Braten

1 Kürbis (Hokkaido)
3 TL Rosmarin, frischer, gehackter
1 TL Salz
1 TL Pfeffer, aus der Mühle
1/2 Tasse Orangensaft
100 g Pinienkerne (geröstet)

Zubereitung:

Das Gemüsefond-Milch-Gemisch einmal aufkochen. Polenta unter Rühren einrieseln und 5 Minuten unter schwacher Hitze weiterköcheln lassen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Eine Kastenform fetten und mit Frischhaltefolie auskleiden.

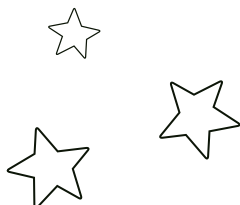
Polenta hineingeben, glatt streichen und am besten über Nacht kalt stellen.

Den Kürbis in kleine Stücke schneiden. Die Butter erhitzen und darin den Rosmarin zusammen mit Salz und Pfeffer kurz erhitzen. Dann den Kürbis dazugeben.

Alles ca. 5 Min. anbraten, den Orangensaft aufgießen und den Kürbis weich dünsten.

Polenta stürzen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit Öl in einer Pfanne goldbraun anbraten.

Polenta und Kürbisgemüse mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen und servieren.





Tofu-Schoko-Creme mit Vanillekirschen

400 g Tofu (Seidentofu)
200 g vegane dunkle Schokolade (z.B. Reismilchschokolade)
1 EL Vanillezucker
1 EL Rum
1 TL espressopulver

1 Glas (370 ml) Kirschen
1 Vanilleschote
1/2 Päckchen Vanillesoßenpulver (zum Kochen; für 1/2 l Milch)
1 TL Zucker

Zubereitung:

Die Schokolade im Wasserbad schmelzen, den Tofu mit einem Pürierstab gut pürieren, die geschmolzene Schokolade, Vanillezucker, Rum und espressopulver hinzugeben und 1 Minute mit dem Handrührgerät weiter schlagen.

Die Kirschen abtropfen lassen, den Saft dabei auffangen. Die Vanilleschote längs einschneiden und das Mark herauskratzen. Soßenpulver, Zucker und 5 EL Kirschsaff verrühren.

Den restlichen Kirschsaff mit Vanillemark und -schote aufkochen.

Das Soßenpulver einrühren, ca. 1 Minute köcheln. Zum Schluss die Kirschen unterrühren.

Die Schoko-Creme und Kirschen in Gläser schichten und bis zum Servieren kalt stellen.

