



Gemüse-“Leberwurst“ No. 1

Zutaten für 2–3 Personen:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL vegane Butter
1 EL Tomatenmark
200 g grüne Bohnen
125 ml Gemüsebrühe

200 g Räuchertofu
1 EL Sojasauce
½ TL Majoran

1 TL Kümmel
½ TL Flüssigrauch
1 TL Bohnenkraut
1 TL Majoran
Pfeffer aus der Mühle
Kräutersalz





Gemüse-„Leberwurst“ No. 1

Zubereitung:

- Die Zwiebel und Knoblauch schälen und klein hacken.
- Die Bohnen waschen, putzen, beide Enden abschneiden und in Stücke schneiden.
- Den Räuchertofu in kleine Würfel schneiden und in einer Schüssel mit der Sojasauce übergießen und mit einem ½ TL Majoran bestreuen.
- Vegane Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen.
- Zwiebeln darin goldbraun anbraten.
- Das Tomatenmark hinzufügen und kurz mit rösten. Achtung, dass es nicht anbrennt.
- Mit der Gemüsebrühe ablöschen und den Knoblauch und die Bohnen dazugeben.
- Auf kleiner Flamme 15 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdunstet ist.
- Die restlichen Gewürz-Zutaten – Kümmel, Flüssigrauch, Bohnenkraut, Majoran und Pfeffer hinzufügen und gelegentlich umrühren.
- Das Bohnengemüse zusammen mit dem marinierten Räuchertofu mit dem Passierstab oder in der Küchenmaschine fein pürieren.
- Mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.

TIPP: Die „Leberwurst“ im Kühlschrank kaltstellen und mit frischem Brot, Senf und Gewürzgurken als deftige Brotzeit genießen.