

Broccoli-Sauce mit **Rustical-Braten**



VEGUSTO

Die 100 % pflanzliche Alternative.

Die feine Sauce mit dem aromatischen Broccoli passt ausgezeichnet zum runden Geschmack des Rustical-Bratens. Einfach, aber luxuriös!

So wirts gemacht!

Zutaten für 2 Personen:

- 2 EL Öl
- 2 EL Mehl
- 6 dl Wasser
- 1 dl Soja-Drink
- 1-1½ TL Salz
- 1 TL-Spitze Cayennepfeffer
- 2 ganze Wachholderbeeren
- 1 Lorbeerblatt
- 1 ganze Nelke
- 250 g Broccoli, zerkleinert
- 1 EL Maisstärke (Maizena)
- 3-4 Scheiben Rustical-Braten (200-300 g)



Zubereitung:

- Das Öl in einer hohen Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und anschliessend das Mehl in das heisse Öl einrühren.
- Danach mit einem Schwingbesen das Wasser und anschliessend den Soja-Drink nach und nach in das Öl-Mehl-Gemisch einrühren. Entstandene Knöllchen so gut als möglich verrühren.
- Das Salz, den Cayennepfeffer, die Wachholderbeeren, das Lorbeerblatt und die Nelke in die Sauce geben.
- Den zerkleinerten Broccoli dazugeben und die Sauce 7–10 Minuten bei mittlerer Hitze zugedeckt köcheln lassen (gelegentlich rühren).
- Maisstärke mit 3 EL Wasser anrühren und unter die Sauce mengen.
- Den Rustical-Braten in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Pro Person 1–2 Scheiben rechnen. Die Rustical-Scheiben in die Sauce geben und 2–3 Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen. Dabei den Deckel offen lassen und gelegentlich umrühren.
- Abschliessend die Wachholderbeeren, das Lorbeerblatt und die Nelke der Sauce entnehmen.

Dazu passen gebratene Kartoffelwürfel oder ein feiner Kartoffelstock zusammen mit gedämpftem Gemüse.