

Nusskruste für den **Vleischkäs**



VEGUSTO

Die 100 % pflanzliche Alternative.

Diesmal empfiehlt der Koch eine süss-salzige Baumnußkruste zu einem zarten Stück Vleischkäs. Dazu passen frische Spargeln an der feinen Veginaise Hollandaise.

Vegi-Service AG, Bahnhofstr. 52, CH-9315 Neukirch (Egnach)

Tel.: +41 (0)71 470 04 04, Fax: +41 (0)71 470 04 39, www.vegi-service.ch, kontakt@vegi-service.ch

So wirts gemacht!

Zutaten für 3 Personen:

- 5 EL Rapsöl
- 1 kleine Zwiebel, gehackt
- 3 EL Sojasauce
- 1 kleine Knoblauchzehe, zerdrückt
- 1 EL Zitronensaft
- 100 g Baumnüsse, zerkleinert
- 4 EL Agavendicksaft
- 3-4 Scheiben Vleischkäs, z.B. Salat-Vleischkäs



Zubereitung:

- 2 EL Öl in einer Bratpfanne erwärmen. Zwiebeln dazugeben und bei mittlerer Hitze zugedeckt glasig braten.
- Hitze etwas zurückstellen.
- 2 EL Sojasauce dazugeben. Die Zwiebeln mit der Sojasauce 1-2 Minuten caramolisieren lassen.
- Den Knoblauch und den Zitronensaft zu den Zwiebeln dazugeben und alles gut vermengen.
- Baumnüsse von Hand zerkleinern und zusammen mit 1 EL Öl und 1 EL Sojasauce in die Pfanne geben.
- Den Agavendicksaft dazugeben und alles gut mischen.
- Das Nussgemisch in der Bratpfanne etwas zur Seite schieben.
- Den Vleischkäs in breite Streifen schneiden und zusammen mit 1-2 EL Öl in die Bratpfanne geben. Jede Seite bei kleiner Hitze etwa 1 Minute warmbraten.



Dazu passen weisse und grüne Spargeln mit Veginaise Hollandaise.