

Vegane Hackbraten und Nudelsalat von Oma Erika à la Claudia Jung



KOCH/KÖCHIN
Claudia Jung

Gerichte mit Geschichte: Claudia Jung bereitet den Hackbraten ihrer Oma Erika in einer vegan abgewandelten Variante mit Nudelsalat.

Für den veganen Hackbraten:

- 750 g veganes Hackfleisch
- 2 mittelgroße weiße Zwiebeln
- 1 EL Kräutersalz
- etwas Pfeffer
- etwas edelsüße Paprika
- nach Belieben Curry
- 1 EL mittelscharfer Senf
- nach Belieben Petersilie
- nach Belieben Schnittlauch

Für den veganen Nudelsalat:

- 500 g Spirelli-Nudeln
- 1 Glas Silberzwiebeln
- 1 Glas Erbsen
- 1 Glas Mais
- 1 Glas Gewürzgurken (Cornichons)
- 2 Äpfel

- 4 Tomaten
- 2 Paprika
- 100 g vegane Mayonnaise
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung veganer Hackbraten

1. Zwiebel würfeln und anbraten
2. mit den restlichen Zutaten in großer Schüssel gut durchkneten und zu einem Braten formen
3. In eine Form geben
4. für ca. 70min auf 180 Grad Umluft/Grillen (optimal) oder 180 Grad Ober/Unterhitze im Backofen garen

Zubereitung veganer Nudelsalat

1. die Spirelli bissfest kochen
2. mit kaltem Wasser abspülen und abkühlen lassen
3. Gewürzgurken, Äpfel, Tomaten und Paprika in kleine Stückchen schneiden
4. Erbsen, Silberzwiebeln und Mais abtropfen lassen
5. alle Zutaten in einer großen Schüssel miteinander vermengen, ein Schuss Gurkenwasser dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Claudia wünscht guten Appetit!