



VEGANE BÄRLAUCH BRATWURST

REZEPT FÜR 8 BRATWÜRSTL:

- 100g Tofu
- 90ml Wasser
- 20ml Öl
- 6g Salz
- 10g Gewürzmischung
- 90g Erbsenkicherl
- Wursti-Silikonform

ZUBEREITUNG

Tofu, Wasser, Öl, Salz und Gewürzmischung fein pürieren

Erbsenkicherl ca. 3 Minuten mit der Küchenmaschine oder per Hand kneten, bis der Teig elastisch ist. Etwas ruhen lassen.

Den Teig zu Würstchen formen und in die Wursti-Maker Silikonform füllen.

Alternativ können die Würstchen auch ohne Form gedämpft werden. Dann aber unbedingt vor dem Braten abkühlen lassen.

Ca. 40 Minuten dampfgaren

Tipps:

- Am Besten sind die Würstchen, wenn man sie vor dem Grillen oder Anbraten auskühlen lässt.
- Die Würstchen lassen sich auch gut einfrieren!

