



ZÜRCHER GESCHNETZELTES MIT PILZRAGOUT VEGAN

EIN WUNDERBARES GESCHNETZELTES
AUS MEINER HEIMAT

ZUTATEN

- 300g Tofu nature oder mit schwarzem Pfeffer
- 2 Schalotten
- 200g Champignons
- 5g Peterli
- 2 EL Bratöl
- 100ml Weisswein
- 125ml Sojarahm
- 100ml Gemüsebouillon
- 1 EL Speisestärke
- ½ Zitrone (Saft)
- Salz, Pfeffer



30
MINUTEN



2
PERSONEN

ZUBEREITUNG

1. Schalotten fein würfeln. Champignons halbieren und in Scheiben schneiden, Peterli hacken. Tofublöcke quer in Scheiben schneiden, zwischen Küchenpapier fest ausdrücken, dann würfeln oder in 2–3 cm grosse Stücke reißen.
2. Bratöl in einer großen Pfanne auf hoher Stufe schmelzen. Das Tofu-Geschnetzelte in die Pfanne geben und scharf anbraten, bis es gebräunt ist.
3. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren. Zwiebelwürfel und Champignons in die Pfanne geben und ca. 5 Min. anbraten. In der Zwischenzeit Weisswein, Sojarahm, Bouillon und Speisestärke verrühren und die Mischung in die Pfanne geben. Unter Rühren leicht eindicken lassen.
4. Tofu zurück in die Pfanne geben und alles gemeinsam ca. 2 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Mit gehacktem Peterli garnieren und mit Rösti oder Nudeln servieren.

KATRIN'S TIPP

Für die vegetarische Variante ersetzt man den Sojarahm durch Halbrahm.