

Vegane Brotfrikadellen mit veganer Remoulade

Zutaten für die Brotfrikadellen (für 4 Personen):

- 400 g altes Brot
- 1 Zwiebel
- 0,5 Bund Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Muskat
- etwas Senf
- 1 Prise Paprikapulver
- 1 TL Tomatenmark
- 1 TL Kräuter der Provence
- 50 g zarte Haferflocken
- zum Braten: Pflanzenöl

Das Brot in Würfel schneiden, in eine Schüssel geben und mit kochendem Wasser übergießen. Etwa 10 Minuten quellen lassen. Danach in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Die Flüssigkeit dabei auch mit den Händen aus dem Brot drücken. Die Masse sollte aber nicht breilig werden, sondern noch stückig bleiben.

Zwiebel schälen und fein würfeln. Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin einige Minuten anschwitzen. Petersilie säubern und fein hacken. Alle vorbereiteten Zutaten mit Haferflocken und Gewürzen zum eingeweichten Brot geben und gut vermengen. Mit den Händen aus der Masse Frikadellen formen. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brotfrikadellen darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

Zutaten für die vegane Remoulade:

- 70 ml Sojamilch
- 0,5 TL grobkörnigen Senf
- 200 ml Speiseöl
- 1 kleine Zwiebel
- 0,5 Bund Blattpetersilie
- 1 Gewürzgurke
- 1 TL Kapern
- Salz
- Pfeffer

Zwiebel schälen und würfeln. Petersilie säubern und grob hacken. Gewürzgurke halbieren. Sojamilch und Senf in ein schmales, hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab einmal aufmixen. Die Mayonnaise-Basis weiter mixen und dabei das Öl in kleinen Portionen hinzufügen. Nach und nach entsteht so eine cremige und stabile Konsistenz. Zwiebeln, Gewürzgurke und Kapern zur Mayonnaise geben und kurz darin pürieren. Mit Salz, Pfeffer und gegebenenfalls etwas Zucker abschmecken.

Sendung/Quelle: Schmeckt. Immer.

Sendetermin: 11.11.2023

Koch/Köchin: Zora Klipp

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen