

Champignon-Lauch-Kartoffelpfanne mit Walnüssen

Pfannengericht

(Rezepte jeweils für 3-4 Personen)

Zutaten:

800-1000 g fr. Champignons, ca. 8-10 gr. Kartoffeln, 2 Möhren, 1 gr. Zwiebel, 3 Stg. Lauch, 1-2 Knoblauchzehen, 100 g 'No-Muh-Käse - würzig', ca. 100 ml Sojasahne, 1 Handvoll Walnusskerne, Salz, Pfeffer, (reichlich!) Kurkuma, Chiliflocken, Öl z. Braten, Blattpetersilie zum Überstreuen.

Zubereitung:

Gemüse putzen, dann Champignons vierteln, Kartoffeln, Möhren, Knoblauch in Scheiben, Lauch & Zwiebel in Ringe schneiden, Walnusskerne leicht zerbröseln, No-Muh zerdrücken & mit der Sojasahne verrühren; Kartoffeln & Zwiebeln leicht anbraten, mit Salz & Kurkuma würzen, ca. 10-15 min. bei geschloss. Pfannendeckel garen; danach Möhren, Champignons, Lauch, Nüsse & Knoblauch anbraten (jew. schrittweise hinzugeben), Salz, Pfeffer hinzu; die Kartoffel-Zwiebel-Masse darübergerben & die 'Käse'-Sahne-Masse. Anschließend 5-10 min. bei geschloss. Pfannendeckel aufkochen & stocken lassen. Vor dem Servieren nach Belieb. mit Chiliflocken würzen & Blattpetersilie überstreuen.

Variationen:

Anstelle von 'No-Muh-Käse' kann auch Pizzaschmelz (125-150 g; z.B. Wilmersburger) verwendet werden (Zubereitung wie oben).

Bemerkungen:

Uta: Kroatien 2015

Links:

Bilder:

