Vegetarischer Nussbraten mit Kartoffel-Selleriepüree

Zutaten

- 125 g Vollkornreis
- 100 g Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe(n)
- 2 TL Thymianblättchen
- 400 g Champignons, frisch
- 2 EL THOMY Reines Rapsöl
- 100 g Cashewkerne
- 300 g Walnusskerne
- 100 g Parmesan
- 8 TL MAGGI Gemüse Bouillon
- 4 Ei(er)
- 160 g Crème fraîche
- 1 TL Butter
- 10 g Paniermehl
- 750 g Sellerieknolle
- 750 g Kartoffeln, mehligkochend
- 250 ml Wasser
- 2 Beutel Maggi Für Genießer Sauce Champignon-Rahmsauce
- 100 ml Sahne zum Kochen, 15 % Fett
- 2 TL Preiselbeeren a. d. Glas
- etwas Paprikapulver edelsüß
- etwas Muskatnuss
- etwas Pfeffer
- 2 EL Granatapfelkerne

Zubereitung

1. Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze (150°C Umluft) vorheizen.

2. Vollkornreis mit 2 TL Gemüse Bouillon nach Packungsanweisung als Quellreis kochen, abgießen und abkühlen lassen.

3. Zwiebeln und Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Champignons putzen und fein hacken. Thymianblättchen hacken.

4. In einer Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Zwiebeln, Knoblauch und Thymianblättchen andünsten. Champignons nach und nach mit in die Pfanne geben und so lange braten, bis die austretende Flüssigkeit verdampft ist. Abkühlen lassen.

5. Cashewkerne im Mixer fein mahlen. Walnusskerne klein hacken. Parmesan (ggf. vegetarisch ohne Lab) fein reiben.

6. In einer großen Schüssel 2 TL MAGGI Gemüse Bouillon mit den Eier verquirlen. Reis, Nüsse, Champignonmasse, Parmesan und 150g Crème fraîche zugeben und alles gut verkneten. Mit Pfeffer und Paprikapulver würzen. Eine Kastenform (11x30 cm) mit Butter ausfetten und mit Paniermehl bestreuen. Die Masse einfüllen und glatt streichen. Im Backofen ca. 50 Min. backen.

7. In der Zwischenzeit das Püree zubereiten. Hierfür: Sellerieknolle und Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. In Wasser und 4 TL MAGGI Gemüse Bouillon ca. 20 Min. kochen und mit einem Kartoffelstampfer oder einem Pürierstab zerkleinern. Mit Muskatnuss würzen und 2 TL Crème fraîche abschmecken.

8. MAGGI Für Genießer Sauce Champignon-

Rahmsauce mit Sahne zum Kochen nach Packungsanweisung zubereiten und mit Preiselbeeren verfeinern. Den fertigen Nussbraten nach dem Backen 10 Min. in der Form ruhen lassen und anschließend vorsichtig stürzen. Mit dem Püree und der Sauce anrichten und den Granatapfelkernen bestreut servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	60 g
Energie	1028 kcal
Fett	73 g
Protein	33 g

64 Minuten

6 Portionen

MAGGI KOCHSTUDIO 60523 Frankfurt am Main >> Telefon (069) 66 71 - 28 41 >> facebook.com/MaggiKochstudio >> www.maggi.de