Vegetarischer Nussbraten

Der vegetarische Nussbraten ist eine köstliche Alternative zu Fleisch. Zudem ist das Rezept schnell und einfach nachzukochen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 55 min

Gesamtzeit: 1,2 h



Zutaten

150 g	Cashewnüsse
2 Stk.	Zwiebel
150 g	Haselnüsse
50 g	Butter
150 g	Semmelbrösel
1 EL	Vollweizenmehl
1 EL	Zitronensaft
1 TL	Thymian
8 EL	Öl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für den vegetarischen Nussbraten im ersten Schritt die Zwiebeln pellen und klein würfeln. Thymian waschen, trocknen und fein hacken. Die Butter in einer großen Pfanne zerlassen. Zwiebeln darin anrösten. Thymian und Mehl einrühren und kurz mitrösten lassen. Mit etwas Wasser ablöschen. Ofen auf 200 Grad anheizen.

2. Anschließend Haselnüsse und Cashewnüsse nach Belieben mahlen oder fein hacken und mit

in die Pfanne rühren. Semmelbrösel und Zitronensaft ebenfalls unterrühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Vom Herd nehmen und kurz abkühlen lassen.

3. Eine Backform oder einen Bräter mit Öl auspinseln. Restliches Öl auf dem Boden der Form verteilen. Einen tiefen Teller mit Semmelbröseln füllen. Die Nussmasse zu einem länglichen Braten formen und vorsichtig in den Bröseln wenden. Den Nussbraten in die Form setzen und mit Öl aus der Form bestreichen. Rund 45 Minuten lang backen lassen.

Tipp

Als Beilagen zum Nussbraten schmecken Kartoffelbrei, gedünstetes Gemüse, Knödel oder Kraut. Aus dem Bratensatz kann man wie beim herkömmlichen Braten eine Sauce zubereiten.