

Veggie-Leberwurst

Die Veggie-Leberwurst ist eine gute Alternative für Personen, die auf Fleisch verzichten wollen. Ein Rezept, welches Vegetarier begeistern wird.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 2 min

Gesamtzeit: 22 min



Zutaten

175 g	Räuchertofu
1 Dose	Kidneybohnen (400g)
2 EL	Olivenöl (wahlweise etwas Butter)
1 Stk.	Zwiebel
2 TL	Majoran (getrocknet)
1 EL	Petersilie
Nach Belieben	Salz und Pfeffer (zum Abschmecken)

Zubereitung

1. Für die **Veggie-Leberwurst** zuerst die Zwiebel schälen und fein Würfeln.
2. Dann das Öl (oder die Butter) in die Pfanne geben und die Zwiebeln darin glasig dünsten.
3. Anschließend den Majoran hinzufügen und kurz mit den Zwiebeln in der Pfanne schwenken. Hinterher abkühlen lassen.
4. Derweil die Bohnen in ein Sieb geben, unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

5. Parallel den Tofu in kleine Würfel schneiden.

6. Nun den Tofu, die Zwiebeln und die Bohnen mit etwas Salz und Pfeffer in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer fein pürieren.

7. Letztendlich die Petersilie fein gehackt unter die Masse heben und eventuell nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Veggie-Leberwurst am besten in einem Glas mit Schraubverschluss, im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb ca. einer Woche aufbrauchen.

Tipp

Die Veggie-Leberwurst schmeckt hervorragend auf frischem Bauernbrot. Dazu passen auch sehr gut eingelegte Gurken oder Cocktailtomaten. Sollte die Masse nicht genügend streichfähig sein, kann man zusätzlich etwas mehr Öl hinzufügen.