



# Vegane Cordons Bleus mit Orzo und gebratenen Pilzen

## *Zubereitung*

1. Orzo-Nudeln nach Packungsanweisung garen. Inzwischen Pilze putzen. Schalotten und Knoblauch schälen. Schalotten fein würfeln. Knoblauch fein hacken. Tomaten waschen, trocken tupfen.
2. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Tomaten darin schmelzen, dann herausnehmen. Pilze im Bratfett kräftig anbraten. Schalotten und Knoblauch zufügen und mit anbraten. Brühe und Kochcreme zufügen und aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Orzo-Nudeln abtropfen lassen, mit Tomaten in die Pfanne geben und vorsichtig unterheben. Warm stellen.
3. Sonnenblumenöl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Vegane Cordons Bleus darin 5-6 Minuten von beiden Seiten goldbraun braten. Kräuterblättchen von den Stielen zupfen und Orzo-Pfanne mit Kräutern bestreuen. Cordons Bleus darauf anrichten und servieren.

## *Zubereitungszeit*

ca. 40 Minuten

## *Zutaten*

### *Für 4 Personen*

- 250 g Orzo-Nudeln (reisförmige Nudeln aus Hartweizen)
- Salz
- 500 g gemischte Pilze (z. B. Champignons, Shiitake, Austernseitlinge)
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 250 g Kirschtomaten (Cherrytomaten)
- 2 EL Olivenöl
- 150 ml Gemüsebrühe (Instant)
- 250 ml Soja-Kochcreme
- Pfeffer
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 Packungen Vegane Mühlen Cordon Bleu
- 3-4 Stiele Thymian und Oregano

## *Nährwerte pro Portion*

2.775 kJ (660 kcal)

32 g Eiweiß

32 g Fett

61 g Kohlenhydrate