



Königsberger Klopse mit veganem Hack

Zubereitung

1. Zwiebel schälen und fein würfeln.
Veganes Hack, Zwiebelwürfel, Zitronenabrieb, Semmelbrösel und 1 TL Senf verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen 8 Klopse formen.
2. Klopse in siedende Gemüsebrühe geben und 25 Minuten garen. Inzwischen Kartoffeln waschen und in Salzwasser 20 Minuten kochen. Rote Bete in mundgerechte Stücke schneiden.
3. 1 TL Senf, Agavendicksaft, Balsamico und Olivenöl verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie waschen, trocken-schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Rote Bete, Dressing und Hälfte der Petersilie vermengen.
4. Klopse aus der Brühe heben, warm halten. 500 ml Brühe abmessen. Pflanzenfett in einem Topf schmelzen. Mehl zufügen und unter Rühren anschwitzen. Brühe unter Rühren nach und nach zufügen. Sojadrink ebenfalls unterrühren. Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Kapern und Klopse zufügen und alles noch kurz erhitzen. Kartoffeln abgießen. Klopse, Sauce, Kartoffeln und Rote-Bete-Salat anrichten. Mit restlicher Petersilie bestreut servieren.

Zubereitungszeit

ca. 45 Minuten

Zutaten

Für 4 Personen

- 1 Zwiebel
- 3 Packungen (250 g) Veganes Mühlen Hack
- 1 unbehandelte Zitrone (Abrieb und Saft)
- 50 g Semmelbrösel
- 2 TL Senf
- Salz
- Pfeffer
- 750 ml Gemüsebrühe (Instant, vegan)
- 800 g kleine, festkochende Kartoffeln
- 500 g gekochte Rote Bete
- 1 TL Agavendicksaft
- 3 EL Balsamico-Essig
- 2 EL Olivenöl
- 1 Bund Petersilie
- 30 g Pflanzenmargarine
- 30 g Mehl
- 200 ml Sojadrink
- geriebene Muskatnuss
- 50 g eingelegte Kapern (aus dem Glas)

Nährwerte pro Portion

2.355 kJ (560 kcal)
43 g Eiweiß
18 g Fett
56 g Kohlenhydrate