



# Vegane Schnitzel mit Erbsenpüree und Portulak-Salat

## *Zubereitung*

1. Kartoffeln schälen, vierteln und waschen. Zugedeckt in kochendem Salzwasser 20-25 Minuten garen. Erbsen nach ca. 15 Minuten zu den Kartoffeln geben und mitkochen.
2. Inzwischen Portulak putzen, waschen und trockenschleudern. Radieschen waschen und in Scheiben schneiden. Olivenöl und Essig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sojamilch und Pflanzenmargarine erhitzen. Kartoffeln und Erbsen abgießen, heiße Milchmischung zufügen und alles grob stampfen. Minze waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Minze grob hacken und unter das Püree mischen. Püree mit Salz abschmecken. Warmhalten.
3. Öl in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen. Vegane Schnitzel darin von beiden Seiten goldbraun braten. Portulak und Radieschen in der Vinaigrette schwenken. Püree, Schnitzel und Salat anrichten.

## *Zubereitungszeit*

ca. 30 Minuten

## *Zutaten*

### *Für 4 Personen*

- 800 g mehligkochende Kartoffeln
- Salz
- 300 g tiefgekühlte Erbsen
- 120 g Portulak Salat
- 4 Radieschen
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Weißweinessig
- Pfeffer
- 150 ml Sojadrink
- 50 g Pflanzenmargarine
- 5 Stiele Minze
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 2 Packungen Vegane Mühlen Schnitzel

## *Nährwerte pro Portion*

2.521 kJ (600 kcal)  
26 g Eiweiß  
31 g Fett  
54 g Kohlenhydrate