

Kanadische Poutine



Zutaten

Für 4 Personen

4 Portionen Tiefkühl-Pommes

Sauce

1 EL Olivenöl
2 Karotten, geschält
1 Zwiebel, geschält
2 Stangen Frühlingszwiebeln
200 g Champignons
2 Knoblauchzehen
1 kleines Stück Sellerie
3 EL Mehl (Weizen 550)
200 ml Wasser
½ EL Apfelessig
1 EL Sojasauce
1 EL weiße Miso-Paste
½ Zitrone (Saft)
2 Zweige frischer Thymian
2 Zweige frischer Salbei
1 Zweig frischer Rosmarin
2 Tassen/240 ml Gemüsebrühe
1 Prise Meersalz und Pfeffer

Zubereitung

Pommes nach Anleitung zubereiten.

Sauce

Karotten, Zwiebel, Pilze, Knoblauch und Sellerie fein hacken. Alles in einem Topf mit etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze andünsten und dabei oft umrühren, bis die Mischung goldbraun und schön karamellisiert ist. Das Mehl einrühren und aufkochen lassen. Den Topf mit Wasser und Apfelessig ablöschen und die Hitze reduzieren. Dann nach und nach Sojasauce, Miso-Paste, Zitronensaft, Kräuter und die Gemüsebrühe hinzufügen.

Entweder die Sauce feinstückig lassen oder mit dem Pürierstab mixen. Wenn die Konsistenz zu flüssig ist, mit etwas Cashewmus aufkochen, ist sie zu fest, mit Wasser verdünnen.

Cashew-Cheese-Curds s. Seite 2

>>> Seite 1/2

Kanadische Poutine

>>> Seite 2/2

Cashew-Cheese-Curds

120 g Cashewkerne
120 ml Wasser
120 ml Pflanzenmilch
4 EL Stärke
1 EL Hefeflocken
1 TL Zwiebelpulver
1 TL Knoblauchpulver
1 EL weiße Misopaste
1 EL Zitronensaft
Salz & Pfeffer

Zum Garnieren

2 Tomaten
1 Zweig Thymian

Cashew-Cheese-Curds

Die Cashewkerne mit allen anderen Zutaten in einen Mixer geben. Auf höchster Stufe mixen, bis die Mischung sehr fein ist. Die Mischung in eine Antihaf-Pfanne geben und bei schwacher Hitze erhitzen. Die Mischung ständig mit einem Gummispatel etwa 8-10 Minuten lang rühren, bis sie dick und käseartig ist. Kleine Brocken (Curds) formen.

Die fertigen Pommes auf Teller geben, die Cheese-Curds und die Sauce darüber verteilen. Mit frischen Kräutern und kleingeschnittenen Tomaten servieren.