



Pilz-Pflanzerl mit Apfelkompott und Kartoffelstampf

Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🍲 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, mehligkochend	1 kg
Salz	
Zwiebeln, rot	1 St.
Champignons, weiß	200 g
Petersilie, frisch	15 g
Öl	6 EL
Pfeffer, schwarz	
Vemondo veganes Hack	550 g
Vemondo Reibegenuss	100 g
Paniermehl	50 g
Haferdrink	200 ml
Muskatnuss, gemahlen	
Margarine, vegan	80 g
Apfelmus	80 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, kleiner Topf, mittlerer Topf, mittlere Pfanne

1. Kartoffeln schälen und würfeln. In einem Topf Kartoffeln mit Salzwasser zum Kochen bringen und auf mittlerer Stufe ca. 20 Min. weich garen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und in feine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken.
2. In einer großen Pfanne 2 EL Öl stark erhitzen. Pilze darin ca. 5 Min. bei starker Hitze braten, bis die sich bildende Flüssigkeit wieder verdampft ist. Zwiebel und Petersilie zugeben, ca. 1 Min. mitbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Schüssel die gebratenen Pilze, Vemondo veganes Hack, Vemondo Reibegenuss und Paniermehl miteinander vermengen und Pflanzerl formen.
3. In einer weiteren Pfanne 4 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Pflanzerl darin ca. 4 Min. von jeder Seite kross anbraten. Haferdrink in einem weiteren Topf erwärmen.
4. Kartoffeln mit dem Deckel abgießen, im Topf mit einem Kartoffelstampfer zu Kartoffelpüree verarbeiten und mit Muskat, Margarine und Salz abschmecken. Püree zusammen mit den Pflanzerln und dem Apfelmus anrichten.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu schmeckt ein lieblicher Weißwein sehr gut.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	940 kcal
Kohlenhydrate	73 g
Eiweiß	15 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	56 g