



Vegane Hackbällchen in Senfsauce und Kartoffeln

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, festkochend	1 kg
Salz	
Petersilie, frisch	20 g
Knollensellerie	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Vemondo veganes Hack	550 g
Paniermehl	4 EL
Speisestärke	2 EL
Pfeffer, schwarz	
Gemüsebrühe	1.5 L
Margarine, vegan	40 g
Weizenmehl, Type 405	40 g
Haferdrink Barista	1 L
Senf	6 EL
Kapern	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf mit Deckel, großer Topf mit Deckel

1. Kartoffeln schälen, waschen und in ausreichend Salzwasser zugedeckt ca. 25 Min. köcheln. Anschließend abgießen und ausdampfen lassen. Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Petersilie über die Kartoffeln streuen und beiseitestellen.
2. Sellerie schälen und in Stifte schneiden. In einem Topf Sellerie mit etwas Salzwasser aufkochen und auf mittlerer Stufe zugedeckt ca. 15 Min. dünsten. Anschließend abgießen, ausdampfen lassen und beiseitestellen.
3. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einer Schüssel Vemondo Hack, Zwiebel, Paniermehl und Speisestärke verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen. Masse in ca. 3 cm große Bällchen formen. In einem Topf Gemüsebrühe aufkochen, auf kleine Stufe stellen und Hackbällchen darin ca. 10 Min. gar ziehen. Anschließend Hackbällchen auf einem Teller beiseitestellen.
4. In einem Topf Margarine ca. 1 Min. schmelzen. Mehl zugeben, verrühren und ca. 1 Min. erhitzen. Mit Haferdrink Barista aufgießen und unter Rühren mit einem Schneebesen aufkochen, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Auf kleine Stufe reduzieren, Senf und Kapern zugeben und verrühren. Hackbällchen unter die Sauce heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Hackbällchen in Senfsauce mit gedünstetem Sellerie und Petersilienkartoffeln servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	830 kcal
Kohlenhydrate	92 g
Eiweiß	17 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	33 g