



# Vegane Leberwurst-Alternative

Zeit gesamt  
🕒 5min

Zubereitungszeit  
🕒 5min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 1 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Kidneybohnen	400 g
Petersilie, frisch	10 g
Öl	2 EL
Räuchertofu	200 g
Majoran, getrocknet	0.5 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Monsieur Cuisine

1. Zwiebel halbieren und schälen. Kidneybohnen in ein Sieb abgießen. Petersilie waschen, trocken schütteln und grobe Stiele entfernen. In den Mixbehälter Petersilie geben und 4 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Anschließend Petersilie in eine Schüssel umfüllen.
2. In den Mixbehälter Zwiebel geben und 4 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben. Öl zugeben und 3 Min./Anbratstufe braten.
3. Tofu, Kidneybohnen, Majoran, Petersilie, Salz und Pfeffer dazugeben. Alles 30 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Vegane Leberwurst-Alternative in Gläser füllen und im Kühlschrank aufbewahren oder sofort servieren.

Viel Freude beim Genießen!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	799 kcal
Kohlenhydrate	76 g
Eiweiß	49 g
Ballaststoffe	20 g
Fette	35 g