



# Vegane Piroggen mit Kartoffel-Zwiebel-Füllung und Sour Creme



Zeit gesamt  
🕒 1h 45min

Zubereitungszeit  
🍲 45min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Mittel

## Zutaten

für 4 Portionen

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| Weizenmehl, Type 405      | 250 g   |
| Salz                      |         |
| Wasser                    | 150 ml  |
| Kartoffeln, mehligkochend | 400 g   |
| Haferdrink                | 30 ml   |
| Zwiebeln, gelb            | 4 St.   |
| Margarine, vegan          | 3 EL    |
| Senf                      | 1 TL    |
| Knoblauch, granuliert     | 1 TL    |
| Zitronen                  | 0.5 St. |
| Vemondo Vegane Creme      | 150 g   |
| Sojaghurt                 | 150 g   |
| Chiliflocken              | 1 TL    |

## Zubereitung



### Küchenutensilien

große Schüssel, großer Topf, große Pfanne, Schaumlöffel, Baumwoll  
Geschirrtuch

1. Mehl und Salz in eine große Schüssel geben, lauwarmes Wasser hinzufügen und mit den Händen zu einem geschmeidigen Teig kneten. Mit einem Tuch abdecken und zur Seite stellen.
2. Anschließend die Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und in einem kleinen Topf ca. 15 Min. gar kochen. Anschließend abgießen, Haferdrink hinzufügen und mit einer Gabel zerdrücken. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit 1 EL Margarine auf mittlerer Stufe erhitzen, Hälfte der Zwiebel darin ca. 3 Min. glasig dünsten. Zwiebel, Senf und Knoblauchgranulat zu den Kartoffeln geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen.
3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn (ca. 2 mm) ausrollen und mit einem Glas oder einem runden Ausstecher 24 Kreise ausstechen. Jeweils 1 TL der Füllung in die Mitte der Teiglinge geben, Hälften umklappen und die Ränder mit einer Gabel verschließen.
4. Reichlich Salzwasser in einem großen Topf zum Sieden bringen und Piroggen nacheinander ins Wasser geben und ca. 5 Min. gar ziehen, anschließend mit einem Schöpflöffel entnehmen und abtropfen lassen.

5. Eine Pfanne auf hoher Stufe erhitzen und restliche Margarine darin schmelzen. Übrige Zwiebelwürfel in die Pfanne geben, ca. 4 Min. kräftig anbraten und aus der Pfanne nehmen. Piroggen in die Pfanne geben und diese beidseitig ca. 3 Min. goldbraun braten.

6. Anschließend Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Vegane Creme mit Sojaghurt, Zitronensaft, Chiliflocken und der Hälfte der Petersilie vermengen. Sour Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken. Piroggen mit Röstzwiebeln und übriger Petersilie garnieren und mit Sour Creme servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Die befüllten Teiglinge lassen sich prima ungekocht einfrieren und können so auf Vorrat produziert werden.

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 569 kcal |
| Kohlenhydrate  | 81 g     |
| Eiweiß         | 13 g     |
| Ballaststoffe  | 6 g      |
| Fette          | 21 g     |