



Walnuss-Bratkartoffeln

Zeit gesamt
🕒 45min

Zubereitungszeit
🕒 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

kleine Kartoffeln, vorw. festk. 1 kg

Salz

Zwiebeln, gelb 1 St.

Knoblauchzehen 2 St.

Frühlingszwiebeln 1 Bund

Räuchertofu 350 g

Öl 6 EL

Walnusskerne 50 g

Pfeffer, schwarz

Veganer Hirtengenuss 200 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, große Pfanne, Sieb

1. Kartoffeln waschen, in einem Topf knapp mit Salzwasser bedeckt aufkochen und anschließend auf mittlerer Stufe ca. 20 Min. köcheln. Abgießen, kalt abschrecken, abtropfen, abkühlen lassen und Kartoffeln pellen.

2. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, Wurzelenden entfernen und in feine Ringe schneiden. Räuchertofu in kleine Würfel schneiden.

3. In einer Pfanne 6 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, Räuchertofu darin ca. 5 Min knusprig braten, Räuchertofu herausnehmen und abtropfen lassen, sodass das Öl in der Pfanne bleibt. Kartoffeln in die Pfanne geben und auf mittlerer Stufe ca. 15 Min. von jeder Seite goldbraun und knusprig braten. Zwiebel, Knoblauch, 2/3 Frühlingszwiebeln und Walnüsse dazugeben und ca. 3 Min. weiterbraten. Räuchertofu wieder zufügen und kurz erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Kartoffeln auf Tellern anrichten, veganen Genießer Block darüber mit den Händen zerkrümeln, mit Frühlingszwiebeln garnieren und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	647 kcal
Kohlenhydrate	55 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	38 g