

Leibgericht!



Schupfnudeln mit Pilzrahm

vegan, braucht etwas Zeit

Zutaten für 3-4 Personen

Für die Schupfnudeln:

1200 g Kartoffeln mehlig kochend

350 g Weizenmehl

Salz, Muskatnuss

Für den Pilzrahm:

400 g Speisepilze (z. B. Champignons, Pfifferlinge, Steinpilze, Kräutersaitlinge ...)

Pflanzenöl

1 Teelöffel Tomatenmark

1 Teelöffel Senf

250 ml Gemüsebrühe

1-2 Esslöffel weißes Mandelmus (Bioladen oder dm)

Salz, Pfeffer

gehackte Gartenkräuter (Petersilie, Schnittlauch etc.)

wenn vorhanden: 1 Esslöffel gemahlene Trockenpilze

Die Kartoffeln abwiegen und schälen, in gleichmäßig großen Stücken (Viertel oder Hälften) in leicht gesalzenem Wasser ca. 15-20 Minuten kochen (oder dampfgaren). Abgießen und Kartoffeln ein paar Minuten ausdampfen lassen.

Kartoffelstücke durch eine Kartoffelpresse pressen, Mehl zugeben, mit Salz und geriebener Muskatnuss würzen, zu einem Teig verkneten. Mit den Händen Rollen formen (etwas mehr als Daumendick) und diese dann schräg in Stücke schneiden, daraus zwischen den Handflächen die Schupfnudeln formen.

Die Schupfnudeln in einen großen Topf mit reichlich heißem, nicht mehr kochendem gesalzenem Wasser geben und gar ziehen lassen. Sie steigen nach kurzer Zeit an die Oberfläche, dann noch ein, zwei Minuten gar werden lassen und mit einem Schaumlöffel herausnehmen. Nicht zu lange warten, sonst werden sie zu weich!

Die Schupfnudeln in etwas Öl anbraten, bis sie leicht gebräunt sind (sehr lecker sind sie angebraten in Alsan-Margarine).

Für den Pilzrahm die Pilze putzen, in Stücke schneiden und in etwas Öl scharf anbraten. Wenn sie gut gebräunt sind, die Hitze etwas herunterfahren und Tomatenmark und Senf mit anschwitzen lassen. Mit der Brühe ablöschen, dann das Mandelmus mit einem Schneebesen einrühren. Köcheln lassen, bis die Soße etwas eingedickt ist. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern, falls vorhanden dem Pilzpulver abschmecken.

Für Nichtveganer kann der Pilzrahm auch mit Sahne zubereitet werden: die Hälfte der Gemüsebrühe durch Sahne ersetzen, Mandelmus weglassen.