

Pastizio Makaronia - Vegetarisch - Griechische Art

Kategorien: Nudeln, Auflauf, Land, Griechenland

Zutaten für: 6 Portionen

300	Gramm	Makkaroni
2		Eiweiß
2	Essl.	Parmesan - gerieben
20	Gramm	Butter

FÜR DIE FÜLLUNG

120	Gramm	Sojagranulat - fein
1	Essl.	Sojasoße
1	Teel.	Gemüsebrüheextrakt z.B Würzel
300	ml	Wasser
20	Gramm	Butter
1		Zwiebel
3		Knoblauchzehen
2	Essl.	Tomatenmark
1	Glas	Tomaten geschält in
1	Glas	Tomatensaft *Füllgewicht 660 Gramm*
125	ml	Brühe
125	ml	Trockenen Weißwein Salz, Pfeffer, Muskatnuss
1		Zimtstange
1/2	Teel.	Piment
1/2	Teel.	Chilipulver
1	Teel.	Oregano Für die Soße
60	Gramm	Butter
3	Essl.	= ca. 80 Gramm, Mehl
600	ml	Milch
100	Gramm	Parmesan - gerieben
2		Eigelb Salz, Pfeffer, Muskat

FREUNDE DES FLEISCHES ERSETZEN SOJAGRANULAT

		Mit
500	Gramm	Hackfleisch nach Wahl....:-)

Anleitung:

Sojagranulat mit Würzel, Sojasoße und Wasser zusammen aufkochen lassen, auf abgeschalteter Herdplatte ca. 15 Minuten ausquellen lassen Makkaroni nach Packungsanweisung kochen, abtropfen lassen, zurück in Topf, kurz in Butter schwenken Eiweiß zu Schnee schlagen, Parmesan unterheben, das Ganze unter die Makkaroni mischen Die Hälfte der Makkaroni in Auflaufform geben

Für die Füllung: die Zwiebel in der Butter hellbraun braten, Sojagranulat zugeben, gut durchbräunen, Tomatenmark dazu und mit den Tomaten, der Brühe dem Wein ablöschen. Zimtstange und Gewürze zugeben, Soße leise vor sich hinköcheln lassen = reduzieren Danach auf den vorbereiteten Makkaroni verteilen Die restlichen Makkaroni auf Füllung geben.

Für die Soße: Die Butter zerlassen, Mehl unter ständigem Rühren leicht bräunen. die Milch nach und nach zugießen und die Soße solange rühren, bis sie glatt ist... 5 Minuten, unter immer wieder

Pastizio Makaronia - Vegetarisch - Griechische Art

(Fortsetzung)

Rühren, köcheln lassen, würzen, Parmesan zugeben, Topf vom Herd nehmen. Mit dem Eigelb die Soße legieren. Auf dem Auflauf verteilen. Für 45 Minuten im 180°C vorgeheizten Backofen überbacken 20 Minuten im geöffneten, abgeschalteten Backofen ruhen lassen Danach auf Teller portionieren.... - Guten Appetit -Aufwändige Zubereitung.... mit sehr leckerem Ergebnis....:-)