

VESTESSEN



RAHM-PORREE

ZUTATEN:

2 Stangen Porree
500ml Soja-Drink
4 EL Rapsöl
2 TL Essig
1 TL Salz
etwas Pfeffer

ZUBEREITUNG:

- 1) Porree in dünne Ringe schneiden und diese halbieren
- 2) Porree-Stücke in ein Sieb geben & gründlich abspülen
- 3) Porree in eine Pfanne geben und unter rühren erhitzen
- 4) Ist das restliche Wasser verkocht, das Rapsöl zugeben
- 5) Kurz anschwenken und mit dem Soja-Drink aufgießen
- 6) Salz, etwas Pfeffer & Essig hinzufügen & gut umrühren
- 7) Deckel drauf & bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln

TIPP:

Der Rahm-Porree schmeckt super zu Kartoffeln und Vreekadelle!

<http://vestessen.jimdo.com/vleisch/vreekadellen>

ACHTUNG!

Da viele Essigsorten (wie Säfte & Wein) mit Gelatine geklärt werden, habe ich eine Liste mit hilfsstofffreien Produkten zusammengestellt:

<http://vestessen.jimdo.com/liste/>

Rezept, Fotos & Text © 2014 Nico Bänsch und VESTESSEN.jimdo.com