

Vegane Erdäpfelroulade mit Linsengemüse und Karottenstreifen

Zutaten für 4 Personen

Erdäpfelteig

600 g Erdäpfel, in der Schale gekocht und geschält
150 g Mehl griffig
15 g Grieß
Prise Salz

Füllung

500 g Cremechampignons oder tiefgek. Pilze
1 Zwiebel
Öl
Salz, Pfeffer, Petersilie

Linsengemüse

150 g Linsen, trocken
1 Zwiebel
1 EL Mehl
Öl, Salz, Pfeffer

Karottenstreifen

4 große Karotten
Öl
Salz

Zubereitung

Erdäpfelroulade mit Cremechampignons

- Erdäpfel in der Schale kochen, noch heiß schälen und auskühlen lassen - am besten über Nacht in den Kühlschrank stellen. Dann gelingt der Teig am besten.
- Erdäpfel durch eine Erdäpfelpresse oder einen Fleischwolf pressen.
- Die gepressten Erdäpfeln mit den restlichen Zutaten vermengen und alles gut verkneten. Sofort weiterverarbeiten.
- Champignons putzen und feinblättrig schneiden, Zwiebel schälen, feinwürfelig schneiden und in etwas Fett anschwitzen. Champignons hinzufügen und halbgar dünsten. Wenn viel Flüssigkeit entstanden ist, diese abgießen, und Petersilie und Gewürze hinzufügen. Auskühlen lassen.

- Erdapfelteig mit einem Nudelwalker ca. einen halben Zentimeter dick ausrollen (am besten gleich auf einem bemehlten Backpapier). Champignons gleichmäßig darauf verteilen, vom Rand ca. 2 cm frei lassen und dann einrollen.
- Die Roulade mit etwas Öl bepinseln, damit die Oberfläche nicht zu stark austrocknet. Wenn es nicht vegan sein muss, ersetzen Sie das Öl durch Butter - das macht einen besseren Geschmack.
- Im vorgeheizten Backrohr bei 170°C ca. 20 Minuten backen.

TIPP: Es gibt auch jetzt in der Winterzeit feinste österreichische Cremechampignons im Handel zu kaufen! Es ist natürlich auch möglich tiefgefrorene Pilze zu verwenden. Dazu die Pilze vorher ca. eine Stunde auftauen lassen.

Linsengemüse

- Linsen in reichlich Wasser bissfest kochen, zum Schluss salzen. Wasser abgießen, aber nicht wegwerfen.
- Zwiebel schälen, fein schneiden und in etwas Öl glasig andünsten. 1 EL Mehl hinzufügen, gut durchrühren und hell anschwitzen. Mit 150 ml Linsenwasser aufgießen und dick einkochen lassen. Gekochte Linsen dazu geben, würzen.

Karottenstreifen

- Karotten schälen, dann mit dem Gemüseschäler feine Streifen runter schälen.
- In einer Pfanne Öl erhitzen und die Karottenstreifen anbraten. Zum Schluss salzen.

Die Erdapfelroulade mit dem Linsengemüse und den Karottenstreifen frisch servieren.