



Thanksgiving Kochbuch (vegan)
Thanksgiving Cookbook (vegan)
von [Köche-Nord.de](https://koeche-nord.de)



Imprint:

V. i. S. d. P.: Marcus Petersen-Clausen, Kirchweg 2, 30900 Mellendorf/Wedemark (DE) - Tel.: +49 179 6162 178

Dieses Dokument ist lizenziert unter Creative Common Lizenz BY-SA 3.0.

(c) 2023 Marcus Petersen-Clausen
(c) 2023 Köche-Nord.de

Vorwort:



Sehr geehrte User von Köche-Nord.de

In diesem kostenlosem Kochbuch möchte ich Ihnen als Anregung unsere veganisierten Thanksgiving Rezepte präsentieren. Außerdem habe ich jedes Gericht ins englische übersetzt und es in diesem PDF-Buch aufgenommen (um über Google auch englisch sprachige Mitbürger anzusprechen und anzuregen wenigstens ein Thanksgiving vegan zu feiern).

Das Fest geht übrigens zurück auf die Pilgervater, die es als Dank mit diesem Fest die erste Ernte gefeiert, bei uns in Deutschland heißt es "Erntedank". "Thanksgiving" ist heute das wichtigste Familienfest in den USA und wird dieses Jahr am 23. November 2023 gefeiert.

Freundliche Grüße,
Marcus Petersen - Clausen
www.Köche-Nord.de

Dear user of Koche-Nord.de

In this free cookbook, I would like to present you with our vegan Thanksgiving recipes as a suggestion. I also translated each dish into English and included it in this PDF book (to appeal to English-speaking fellow citizens via Google and to encourage at least one Thanksgiving vegan celebration).

Incidentally, the festival goes back to the Pilgrim Fathers, who celebrated the first harvest with this festival as a thank you, in Germany it is called "Thanksgiving". "Thanksgiving" is now the most important family celebration in the USA and will be celebrated on November 23, 2023 this year.

Regards,
Marcus Petersen-Clausen
www.Köche-Nord.de

Index, Seite/Page: 85 - 86

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Truthahn Alternative Farm Style (vegan)



Menge: 10 Portionen

450 Gramm Bratwurstmasse (zum Beispiel von Easy To Mix Von Greenforce)

900 Milliliter kaltes Wasser

6 Esslöffel Rapsöl

4 Zwiebeln

1 Teelöffel Thymian

3 Esslöffel Madeira

1/8 Liter Schlagfix

2,5 Kilogramm The Vegetarian Butcher Chickeria Filets (13 Pakete!)

etwas Geflügelgewürz-Pulver (zum Beispiel von Knorr)

75 Gramm Margarine

1 Esslöffel weißes Mehl

3 Esslöffel Schlagfix

etwas Kräutersalz

etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle

1 Paket Langkornreis oder Wildreis (200 Gramm)

300 Milliliter Wasser

Außerdem:

etwas Frischhaltefolie

Füllen Sie die Bratwurstmasse in eine Schüssel und mischen Sie sie mit 900 Milliliter Wasser und 6 Esslöffel Rapsöl. Dann decken Sie die Schüssel mit der Folie ab und lassen die Masse etwa 30 Minuten im Kühlschrank quellen. Währenddessen können Sie schon mal die Zwiebeln abziehen und sie mit einem großen Küchenmesser in Würfel schneiden.

Nach der angegebenen Zeit hohlen Sie die Schüssel aus dem Kühlschrank und mischen die Masse mit den gewürfelten Zwiebeln, Thymian, Madeira, Schlagfix und etwas Kräutersalz sowie Pfeffer vermischen. Dann formen Sie mit angefeuchteten Händen zuerst ca. 45 Kugeln und rollen daraus etwa 1,5 Zentimeter dünne Würstchen.

Fortsetzung:

Truthahn Alternative Farm Style (vegan)



Nebenbei füllen Sie den Reis in eine weitere Schüssel, bedecken ihn mit frischem, kaltem Wasser und spülen den Reis mit den Händen durch, bis sich das Wasser trübt. Dann gießen Sie den Reis durch ein feines Sieb, füllen ihn wieder in die Schüssel, bedecken den Reis wieder mit Wasser und wiederholen den Vorgang, bis sich das Wasser nicht mehr türmt. Danach füllen Sie den Reis in einen Kochtopf, gießen 300 Milliliter Wasser hinzu und kochen den Reis unter gelegentlichem Rühren mit einem Kochlöffel bei mittlerer Hitze.

Anschließend nehmen Sie die veganen Filets aus der Verpackung, schneiden sie mit dem großen Küchenmesser in Würfel, geben die Filets in eine Schüssel und würzen sie mit etwas Geflügelgewürz-Pulver, bevor Sie die Filets mit der Bratwurstmasse mischen.

Danach erhitzen Sie 75 Gramm Margarine in einem Schmortopf und braten die Filets mit der Bratwurstmasse von allen Seiten bei mittlerer Hitze an. Anschließend geben Sie die restlichen 2 Zwiebeln grob gewürfelt in den Schmortopf und schieben den Topf in den Backofen bei 200 Grad Celsius für 2 Stunden.

Nach 2 Stunden nehmen Sie den Fleischersatz mit einer Schaumkelle aus dem Schmortopf, geben ihn in eine Auflaufform und stellen die Filets mit der Bratwurstmasse im Backofen bei 80 Grad Celsius warm. Danach kochen Sie den Bratenfond im Schmortopf bei mittlerer Hitze auf, geben eventuell noch etwas Wasser hinzu und verrühren die Sahne in einer kleinen Schüssel mit Mehl. Nun gießen Sie das Schlafix-Mehlgemisch unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen in den Bratenfond.

Anschließend hohlen Sie die Filets mit der Bratwurstmasse aus dem Backofen, füllen den Fleischersatz mit einer Schaumkelle auf vorgewärmte flache Teller und servieren die Truthahn Alternative Farmstyle Ihren Gästen mit der Schlagfix - Sauce und dem Reis.

Fortsetzung:

Truthahn Alternative Farm Style (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Grießsuppe

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115824>)

Hauptspeise: Truthahn Alternative Farm Style (vegan)

Dessert: Johannisbeer-Creme

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115468>)

Vegane Weinempfehlung: TABERNUS Grauer Burgunder
Deutschland, Pfalz

Weißwein

Passend zu: veganen Geflügelgerichten

Link: <https://www.jacques.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Nepal | SFTGFOP1 2nd Flush Golden Maloom, Schwarzer Tee |
aromatisch, weich blumig, leichte Tasse

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey Alternative Farmstyle (vegan)



Quantity: 10 servings

450 grams bratwurst mass (e.g. from Easy To Mix by Greenforce)

900 milliliters of cold water

6 tablespoons canola oil

4 onions

1 teaspoon thyme

3 tablespoons Madeira

1/8 liter impact fix

2.5 kilogram The Vegetarian Butcher Chick-Eria Filets (13 packages!)

some poultry spice powder (e.g. from Knorr)

75 grams of margarine

1 tablespoon white flour

3 tablespoons Schlagfix

some herb salt

some pepper, fresh from the mill

1 packet of long grain rice or wild rice (200 grams)

300 milliliters of water

Aside from that:

some cling film

Pour the bratwurst mass into a bowl and mix it with 900 milliliters of water and 6 tablespoons of rapeseed oil. Then cover the bowl with the foil and let the mixture swell in the fridge for about 30 minutes. Meanwhile, you can peel off the onions and cut them into cubes with a large kitchen knife.

After the specified time, take the bowl out of the fridge and mix the mass with the diced onions, thyme, Madeira, Schlagfix and some herb salt and pepper. Then form approx. 45 balls with moistened hands and roll them into sausages about 1.5 centimeters thick.

Meanwhile, fill the rice in another bowl, cover it with fresh, cold water and rinse the rice with your hands until the water turns cloudy. Then pour the rice through a fine sieve, pour it back into the bowl, cover the rice with water again and repeat the process until the water is no longer turbulent. Then put the rice in a saucepan, add 300 milliliters of water and cook the rice over medium heat, stirring occasionally with a wooden spoon.

Continuation:

vegan menu suggestions:



Appetizer: semolina soup

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=794&t=115824>)

Main course: Turkey Alternative Farmstyle (vegan)

Dessert: currant cream

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115468>)Vegan wine recommendation: TABERNUS Pinot Gris
Germany, Palatinate

White wine

Suitable for: vegan poultry dishes

Link: <https://www.jacques.de/> (unpaid advertising)Non-Alcoholic Alternative: Nepal | SFTGFOP1 2nd Flush Golden Maloom, Black Tea | aromatic,
soft floral, light cupLink: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Alternative Mexiko (vegan)



Menge: 2 Portionen

100 Milliliter pflanzliche Milch (zum Beispiel Sojamilch, Hafermilch oder anderen Milchersatz)
4 mittelgroße Maiskolben
400 Gramm The Vegetarian Butcher Veganer Filet Typ Hähnchen
2 Esslöffel Rapsöl
1 Paket Uncle Bens Fix Chinesisch süß-sauer

Außerdem für die Fleischersatz-Pfanne Mexikanische Art:

1 Bund Petersilie
1 Beet Kresse

Bringen Sie etwas Wasser in einem Kochtopf zum Kochen, geben Sie die pflanzliche Milch hinzu und kochen Sie die Maiskolben darin etwa 8-10 Minuten bei mittlerer Hitze.

Währenddessen spülen Sie die Petersilie mit kaltem Wasser ab, schütteln sie kurz trocken und zupfen die Blättchen von den Stängeln (siehe Tipps), bevor Sie die Petersilie mit einem Wiegemesser oder einem großen Küchenmesser fein hacken. Außerdem spülen Sie bitte das Beet Kresse mit kaltem Wasser ab und schneiden die Kresse mit dem großen Küchenmesser vom Beet.

Dann nehmen Sie die Filets aus der Verpackung und schneiden sie mit einem großen Küchenmesser in Würfel (Medaillons). Danach erhitzen Sie 2 Esslöffel Rapsöl in einer Pfanne und braten die Filets im heißen Rapsöl bei mittlerer Hitze an. Anschließend geben Sie das Uncle Bens Fix in die Pfanne und erhitzen es unter Rühren mit einem Kochlöffel. Danach legen Sie die Filets und den Maiskolben auf vorgewärmte flache Teller, garnieren die Teller esslöffelweise mit der fertigen Sauce, der Petersilie und der Kresse aus und servieren das Gericht Ihren Gästen.

Unsere Tipps:

Wenn Ihre Gäste es mit den Kalorien nicht so genau nehmen, können Sie zur Truthahn Alternative Reis oder knusprige Baguette servieren.

Um Zeit zu sparen, können Sie übrigens die Petersilie Blättchen in die eine, die Stängel in die andere Hand nehmen und die Hände in die entgegengesetzte Richtung drehen (so trennt ein Koch die Petersilie von den Stängeln).

Zusatz:

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Fortsetzung:

Truthahn Alternative Mexiko (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Gemüsecremesuppe mit Sherry

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115830>)

Hauptspeise: Truthahn Alternative Mexiko (vegan)

Dessert: Vanillepudding mit Kokosflocken

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115396>)

Vegane Weinempfehlung: GÖTTWEIG Grüner Veltliner
Österreich

Weißwein

Passend zu: Geflügel

Link: <https://www.jacques.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Ceylon | OP Hg Sunrise UVA
Schwarzer Tee | blumig, aromatisch

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey Alternative Mexico (vegan)



Quantity: 2 servings

100 milliliters plant-based milk (e.g. soy milk, oat milk or other milk substitute)

4 medium cobs of corn

400 grams The Vegetarian Butcher Vegan Fillet Type Chicken

2 tablespoons canola oil

1 packet of Uncle Ben's Fix Chinese sweet and sour

Also for the Meat Substitute Meat Pan Mexican Style:

1 bunch of parsley

1 bed cress

Bring some water to a boil in a saucepan, add the non-dairy milk and cook the corn on the cob over medium-high heat for about 8-10 minutes.

Meanwhile, rinse the parsley with cold water, shake it dry and pluck the leaves from the stalks (see tips) before finely chopping the parsley with a chopping knife or large kitchen knife. In addition, please rinse the bed of cress with cold water and cut the cress off the bed with a large kitchen knife.

Then take the filets out of the packaging and cut them into cubes (medallions) with a large kitchen knife. Then heat 2 tablespoons of rapeseed oil in a pan and fry the filets in hot rapeseed oil over medium heat. Then put the Uncle Bens Fix in the pan and heat it up while stirring with a wooden spoon. Then place the filets and the corn on the cob on preheated flat plates, garnish the plates with the finished sauce, the parsley and the watercress by the tablespoon and serve the dish to your guests.

Our tips:

If your guests aren't too particular about the calories, you can serve rice or a crusty baguette with the turkey alternative.

By the way, to save time, you can hold the parsley leaves in one hand, the stalks in the other hand, and turn your hands in the opposite direction (this is how a cook separates the parsley from the stalks).

Additive:

Preparation time: 15 minutes

Continuation:

Turkey Alternative Mexico (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: Vegetable cream soup with sherry

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115830>)

Main course: Turkey Alternative Mexico (vegan)

Dessert: vanilla pudding with coconut flakes

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115396>)Vegan wine recommendation: GÖTTWEIG Grüner Veltliner
Austria

White wine

Appropriate for: Poultry

Link: <https://www.jacques.de/> (unpaid advertising)Alcohol-free alternative: Ceylon | OP Hg Sunrise UVA
Black Tea | floral, aromaticLink: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Alternative mit Gewürztraminer (vegan)



Menge: 4 Portionen

250 Gramm Margarine
1 Kilogramm Sojawürfel
2 Pfälzer Gewürztraminer (Beerenauslese)
1/2 Liter Gemüsebrühe (vegane)
etwas Kräutersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
etwas Geflügelgewürz-Pulver (zum Beispiel von Knorr)

1. Lassen Sie als Erstes die Sojawürfel in einer Schüssel für etwa 10 - 12 Minuten in gekochtem Wasser einweichen.

Danach gießen Sie die Sojawürfel durch ein grobes Sieb und drücken es gut aus, um den Sojageschmack rauszubekommen.

2. Schmelzen Sie die Margarine in einem großen Kochtopf (Bräter) bei geringer Hitze. Dann erhitzen Sie die Margarine im Bräter im Backofen auf 250 Grad Celsius.

3. Anschließend würzen Sie die Sojawürfel mit Pfeffer, Geflügelgewürz-Pulver und Kräutersalz, legen es in den heißen Bräter und braten die Sojawürfel unter Wenden mit einem Kochlöffel an.

4. Nun gießen Sie eine halbe Flasche Pfälzer Gewürztraminer (Weißwein) dazu und übergießen die Sojawürfel alle 10 Minuten mit einer Kelle von dem Wein-Margarine-Gemisch. Ist der Wein verdunstet, gießen Sie bitte immer wieder neuen in den Bräter.

5. Die Truthahnbrust lassen Sie jetzt insgesamt etwa 40 - 50 Minuten im Backofen braten.

6. Anschließend schalten Sie den Backofen aus und stellen die Sojawürfel bis zum Servieren im Backofen bei Restwärme heiß.

7. Vor dem Servieren geben Sie die Gemüsebrühe in den Bräter und lassen sie zusammen mit dem Bratensatz auf insgesamt 1/4 l Flüssigkeit einkochen.

8. Zum Schluss füllen Sie bitte je vier Scheiben Sojawürfel auf einen vorgewärmten flachen Teller, gießen die Sauce (Bratenflüssigkeit/Gemüsebrühe) mit einer Schöpfkelle an und servieren Ihren Gästen dazu ein Stück Lauchkuchen.

Fortsetzung:

Truthahn Alternative mit Gewürztraminer (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Einlaufsuppe

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115861>)

Hauptspeise: Truthahn Alternative mit Gewürztraminer (vegan)

Dessert: Schokoladen - Ingwer - Pudding

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115413>)

vegane Weinempfehlung: Primitivo Nera Gioia del Colle DOC Plantamura Biowein

Passend zu: Fleischgerichten, Wurst, Käse, Wild

Link: <https://bio-weinhandel.de/Vegan/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Südindien Nilgiri Swirl,
Grüner Tee | mild, aromatisch

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey alternative with Gewürztraminer (vegan)



Quantity: 4 servings

250 grams of margarine
1 kilogram of soy cubes
2 Palatinate Gewürztraminer (Beerenauslese)
1/2 liter vegetable broth (vegan)
some herb salt
some pepper, fresh from the mill
some poultry spice powder (e.g. from Knorr)

1. First, soak the soy cubes in a bowl of boiled water for about 10-12 minutes.

Then pour the soy cubes through a coarse sieve and squeeze them out well to get the soy taste out.

2. Melt the margarine in a large saucepan (roasting pan) over low heat. Then heat the margarine in the roaster in the oven to 250 degrees Celsius.

3. Then season the soy cubes with pepper, poultry seasoning powder and herb salt, place them in the hot roasting pan and fry the soy cubes while turning them with a wooden spoon.

4. Now pour in half a bottle of Pfälzer Gewürztraminer (white wine) and pour a ladleful of the wine and margarine mixture over the soy cubes every 10 minutes. Is the wine evaporated, please keep pouring new ones into the roaster.

5. Now let the turkey breast roast in the oven for a total of about 40 - 50 minutes.

6. Then switch off the oven and keep the soy cubes hot in the oven with residual heat until ready to serve.

7. Before serving, put the vegetable broth in the roaster and let it boil down to a total of 1/4 l of liquid together with the roast juices.

8. Finally, please put four slices of soy cubes on a preheated flat plate, pour the sauce (roast liquid/vegetable stock) with a ladle and serve your guests with a piece of leek cake.

Continuation:

Turkey alternative with Gewürztraminer (vegan)



vegan menu suggestions:

Appetizer: enema soup

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115861>)

Main course: Turkey alternative with Gewürztraminer (vegan)

Dessert: Chocolate - Ginger - Pudding

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115413>)

Vegan wine recommendation: Primitivo Nera Gioia del Colle DOC Plantamura organic wine

Suitable for: Meat dishes, sausage, cheese, game

Link: <https://bio-weinhandel.de/Vegan/> (unpaid advertising)

Alcohol-free alternative: South India Nilgiri Swirl,
Green Tea | mild, aromatic

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Alternative mit Kastanienfüllung (vegan)



Menge: 1 Portionen

3 Kilogramm Sojawürfel
etwas Rapsöl
etwas Geflügelgewürz Pulver (zum Beispiel von Knorr)
1 Esslöffel Tafelsalz

Füllung:

150 Gramm Margarine (vegane)
21 Gramm Ei-Ersatz (von RUF)
150 Milliliter Mineralwasser
2 Brötchen; auf Wunsch mehr
1/2 Liter pflanzliche Milch (zum Beispiel Sojamilch, Erbsen-Milch oder eine andere pflanzliche Milch)
1 Bittere Mandel (gerieben)
1 Prise Tafelsalz
1 Teelöffel braunen Zucker
200 Gramm Esskastanien (fein geschnitten und in etwas Margarine sowie Wasser gedünstet)
100 Gramm Semmelbrösel

Lassen Sie als Erstes die Sojawürfel in einer Schüssel für etwa 10 - 12 Minuten in gekochtem Wasser einweichen.

Danach gießen Sie die Sojawürfel durch ein grobes Sieb und drücken es gut aus, um den Sojageschmack rauszubekommen.

Dann geben Sie die Sojawürfel in eine große Schüssel und würzen sie mit Geflügel-Gewürz-Pulver und ein bisschen Tafelsalz, bevor Sie den Inhalt der Schüssel mit den Händen gut durchmischen. Nun geben Sie den Ei-Ersatz in eine kleine Schüssel und verrühren ihn mit dem Mineralwasser (mit einer Gabel geht das am besten). Außerdem lassen Sie bitte die Brötchen in der pflanzlichen Milch einweichen.

Anschließend rühren Sie in einer weiteren Schüssel die Margarine mit dem Ei-Ersatz und einem Schneebesen schaumig und geben die in pflanzlicher Milch eingeweichten und ausgepressten Brötchen, die Mandel, etwas Tafelsalz, braunen Zucker, fein gehackten Kastanien und die Semmelbrösel hinzu.

Jetzt vermischen Sie die Zutaten in der Schüssel mit den Händen und geben die Masse zu den Sojawürfeln.

Fortsetzung:

Truthahn Alternative mit Kastanienfüllung (vegan)



Danach zerlassen Sie etwas Margarine in einem Kochtopf, setzen die Margarine und braten und braten die Sojawürfel darin bei mittlerer Hitze unter Rühren mit einem Kochlöffel an. Anschließend füllen Sie den Topfinhalt in eine Auflaufform und backen die Sojawürfel im gut vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) etwa 10 - 15 Minuten unter gelegentlichem Wenden. Anschließend drehen Sie die Hitze auf 175 Grad Celsius hoch und backen die Sojawürfel rotbraun. Dabei übergießen Sie die Sojawürfel bitte von Zeit zu Zeit mit Wasser und wenden Sie mit dem Kochlöffel.

Bratzeit: etwa 2 - 3 Stunden, bitte gucken Sie zwischendurch nach, jeder Ofen ist anders!

Nach der Backzeit nehmen Sie die Sojawürfel aus der Auflaufform. Gießen den Bratensaft in einen kleinen Kochtopf und füllen Sie die Sojawürfel wieder in die Auflaufform, bevor Sie sie im ausgeschalteten Backofen warm halten.

Dann kochen Sie den Bratensaft eventuell mit etwas herbem Weißwein (oder hellen Traubensaft, wenn Kinder mitessen) auf und.

Nun holen Sie die Sojawürfel aus dem Backofen, verteilen sie mit einer Schaumkelle auf vorgewärmte flache Teller und servieren das Gericht mit der Sauce (dem aufgekochten Bratensaft).

Unsere Tipps:

Als Beilage empfehlen wir gedünsteten Reis und rohe Gemüsesalate.

Fortsetzung:

Truthahn Alternative mit Kastanienfüllung (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Ahrensböcker Gemüsesalat, süßsauer (vegan)

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=833&t=116249>)

Hauptspeise: Truthahn Alternative mit Kastanienfüllung (vegan)

Dessert: Vanille-Himbeer Pudding

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115399>)

Weineempfehlung: Biorebe Silvaner Qualitätswein halbtrocken

Weißwein

Passend zu: Geflügel

Link: <https://direktkauf.idealo.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Rosengarten Schwarzer Tee | fruchtige Tropenfrüchte

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey alternative with chestnut filling (vegan)



Quantity: 1 serving

3 kilograms of soy cubes
some rapeseed oil
some poultry spice powder (e.g. from Knorr)
1 tablespoon table salt

Filling:

150 grams margarine (vegan)
21 grams of egg substitute (from RUF)
150 milliliters mineral water
2 rolls; more on request
1/2 liter plant-based milk (e.g. soy milk, pea milk or another plant-based milk)
1 bitter almond (grated)
1 pinch table salt
1 teaspoon brown sugar
200 grams of sweet chestnuts (finely chopped and steamed in a little margarine and water)
100 grams of breadcrumbs

First, soak the soy cubes in a bowl of boiled water for about 10-12 minutes.

Then pour the soy cubes through a coarse sieve and squeeze them out well to get the soy taste out.

Then place the soy cubes in a large bowl and season with poultry seasoning powder and a little table salt before mixing well with your hands. Now put the egg substitute in a small bowl and mix it with the mineral water (a fork works best). Also, please let the rolls soak in the plant-based milk.

Then, in another bowl, stir the margarine with the egg substitute and a whisk until fluffy and add the rolls soaked in plant-based milk and squeezed out, the almond, some table salt, brown sugar, finely chopped chestnuts and the breadcrumbs.

Now mix the ingredients in the bowl with your hands and add the mixture to the soy cubes.

Continuation:

Turkey alternative with chestnut filling (vegan)



Then melt some margarine in a saucepan, put the margarine and fry and fry the soy cubes in it over medium heat while stirring with a wooden spoon. Then pour the contents of the pot into a casserole dish and bake the soy cubes in a well preheated oven at 200 degrees Celsius (top heat/bottom heat) for about 10 - 15 minutes, turning occasionally. Then turn up the heat to 175 degrees Celsius and bake the soy cubes until they are reddish brown. Please pour water over the soy cubes from time to time and turn them with a wooden spoon.

Roasting time: about 2 - 3 hours, please check from time to time, every oven is different!

After the baking time, remove the soy cubes from the casserole dish. Pour the gravy into a small saucepan and return the soy cubes to the casserole dish before keeping them warm in the turned off oven.

Then cook the gravy with something tart

White wine (or light grape juice if children are eating) on and.

Now take the soy cubes out of the oven, place them on preheated flat plates with a slotted spoon and serve the dish with the sauce (the boiled gravy).

Our tips:

As a side dish we recommend steamed rice and raw vegetable salads.

Continuation:

Turkey alternative with chestnut filling (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: Ahrensböker vegetable salad, sweet and sour (vegan)

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=833&t=116249>)

Main course: Turkey Alternative with chestnut filling (vegan)

Dessert: vanilla raspberry pudding

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115399>)

Wine recommendation: Organic Silvaner quality wine, semi-dry

White wine

Appropriate for: Poultry

Link: <https://direktkauf.idealo.de/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: Rosengarten Black Tea | fruity tropical fruits

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Alternative mit Roquefort, veganem Frischkäse und veganer Leberwurst (vegan)



Menge: 8 Personen

150 Gramm Sojawürfel
etwas Geflügelgewürz Pulver (zum Beispiel von Knorr)
etwas Rapsöl
2 Esslöffel Brandy (in der Mikrowelle oder in einem Topf angewärmt)
50 Gramm Margarine (in der Mikrowelle oder in einem Topf angewärmt)
etwas Tafelsalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
300 Milliliter trockener Weißwein
150 Milliliter Schlagfix

Füllung:

100 Gramm veganer Frischkäse mit nussigem Geschmack (siehe Tipps)
100 Gramm vegane Leberwurst (zum Beispiel von Granovita)
100 Gramm Semmelbrösel
1 Esslöffel gehackte Petersilie (getrocknet)
etwas Tafelsalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle

Außerdem:

1 Feuerzeug
etwas Alufolie

Füllung:

Geben Sie den Veganen Frischkäse (siehe Tipps), die vegane Leberwurst, Semmelbrösel und die getrocknete Petersilie in eine Schüssel, würzen Sie die Zutaten mit Tafelsalz und Pfeffer und vermischen Sie den Inhalt der Schüssel.

Zubereitung:

Nun lassen Sie die Sojawürfel in einer Schüssel für etwa 10 - 12 Minuten in gekochtem Wasser einweichen.

Danach gießen Sie die Sojawürfel durch ein grobes Sieb und drücken es gut aus, um den Sojageschmack rauszubekommen.

Dann lassen Sie als Erstes die Sojawürfel in einer Schüssel für etwa 10 - 12 Minuten in gekochtem Wasser einweichen.

Fortsetzung:

Truthahn Alternative mit Roquefort, veganem Frischkäse und veganer Leberwurst (vegan)



Jetzt gießen Sie die Sojawürfel durch ein grobes Sieb und drücken es gut aus, um den Sojageschmack rauszubekommen.

Anschließend geben Sie die Sojawürfel und die Füllung in eine Auflaufform, vermischen die Zutaten und gießen den angewärmten Brandy darüber, bevor Sie den Brandy mit einem Feuerzeug anzünden. Danach bestreichen Sie die Sojawürfel mit der geschmolzenen Margarine und geben den Wein dazu, bevor Sie die Form mit der Alufolie bedecken.

Nun schieben Sie die Auflaufform in den vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) und garen das Gericht 3 1/2 Stunden. Anschließend entfernen Sie die Folie und backen das Gericht weitere 30 Minuten im Backofen.

Nach 4 Stunden hohlen Sie die Auflaufform aus dem Backofen, legen sie mit einer Schaumkelle auf eine vorgewärmte Platte und stellen den Fleischersatz im ausgeschalteten Backofen warm.

Anschließend geben Sie den Schlagfix und den Bratensaft in einen kleinen Kochtopf, verrühren den Topfinhalt mit einem Kochlöffel und erhitzen ihn bei kleiner Hitze, bevor Sie die Sauce in eine Sauciere füllen. Zum Schluss servieren Sie die Sauce mit der Truthahn Alternative Ihren Gästen.

Fortsetzung;

Truthahn Alternative mit Roquefort, veganem Frischkäse und veganer Leberwurst (vegan)

**Unsere Tipps:**

Veganer Frischkäse mit nussigem Geschmack

Menge: etwa 200 Gramm

200 Gramm Cashewkerne

100 Milliliter Wasser

1 Teelöffel Limettensaft

etwas Tafelsalz

etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle

Knoblauch und weitere Gewürze/Kräuter nach Geschmack

einen sehr guten Mixer

Weichen Sie die Cashewkerne in Wasser ein. Nach 12 Stunden geben Sie sie in einen starken Mixer, der daraus eine feine, streichfähige Masse produziert. Die Masse schmecken Sie mit Pfeffer, Tafelsalz und Knoblauch ab. Der Limettensaft verleiht Ihrer Frischkäsecreme einen leicht säuerlichen Touch.

vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Sylter Salat mit Skyr-Zitronen-Dressing (vegan)

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=833&t=116180>)

Hauptspeise: Truthahn Alternative mit Roquefort, veganem Frischkäse und veganer Leberwurst

Dessert: Wackelpudding mit Fruchtcocktail

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115392>)

Weineempfehlung: Lorch Morio-Muskat Lieblich

Weißwein

Passend zu: Schweinefleisch, Geflügel, Geflügel

Link: <https://www.vicampo.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Speicherstadt Goldblatt-Mischung

Schwarzer Tee | vollmundig, malzig, feinwürzig

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Eine Anregung an Abgeordnete...

... was die Partei Mensch, Umwelt, Tier ([Tierschutzpartei.de](https://www.tierschutzpartei.de)) gerne durchsetzen möchte:

**Mensch:**

- Bezahlbares Wohnen ermöglichen und sozialen Wohnungsbau fördern
- Alternative Wohnkonzepte für Senioren und Seniorinnen schaffen
- Stärkere finanzielle Unterstützung für Schulen, Kitas und Bildungseinrichtungen durchsetzen
- Ausbau und Flexibilisierung des öffentlichen Nahverkehrs verwirklichen
- Küster und Künstlerinnen und Kulturschaffende bedarfsgerecht unterstützen

- Projektförderung ausweiten
- Bessere Inklusion-Möglichkeiten entwickeln und umsetzen
- Konzeptentwicklung zur Unterstützung von Obdachlosen
- Maßnahmen gegen Rassismus und Diskriminierung verstärken
- Unabhängige Beschwerdestellen gegen Rassismus und Diskriminierung schaffen

- Willkommens- und Anerkennungskultur erweitern
- Korruption und Lobbyismus bekämpfen
- Direkte Demokratie stärken

Umwelt:

- Verstärkte Förderung und Planungssicherheit für Landwirte und Landwirtinnen bei der Umstellung auf biologische, tierleidfreie und nachhaltige Produktion ermöglichen
- Regional Direktvermarktung erweitern und unterstützen
- Mehr Projekte zum Schutz der Artenvielfalt und Biodiversität in Niedersachsen etablieren
- Flächenversiegelung stoppen
- Naturschutzgebiete erhalten und ausbauen

- Renaturierung und Erhaltung von Mooren und Heideflächen
- Forstwirtschaft nachhaltig gestalten
- Anteil von "Urwäldern" erhöhen
- Förderung der regenerativen Energie statt Atomstrom, Kohlekraftwerke und Erdöl-/ Erdgasabhängigkeit
- Lebenswerte Städte durch Grünflächen und "Urban Gardening" gestalten

Eine Anregung an Abgeordnete...

... was die Partei Mensch, Umwelt, Tier ([Tierschutzpartei.de](https://www.tierschutzpartei.de)) gerne durchsetzen möchte:

**Tier:**

- Industrielle Massentierhaltung beenden
- Erhöhung der Kontrollen in Tierhaltungs- und Zuchtbetriebe, Versuchslaboren und Tierkörperbeseitigungsanlagen
- Clean-Meat-Produktion im Rahmen regionaler Landwirtschaft voranbringen
- Verpflichtende Einführung pflanzlicher Ernährungsangebote in öffentlichen Einrichtungen
- Generelle Unterstützung von Tierheimen und Wildtierauffangstationen durch die öffentliche Hand

- Verbot von Tiertransporten aus Niedersachsen in Drittländer
- Abschaffung von "Hobby"-Jagd und grausamen Jagdmethoden (zum Beispiel Schließenanlagen), Vergabe von Jagdberechtigungen nur an beruflich befugte Personen (zum Beispiel Wildhüter oder Förstern)
- jagdfreie Region einrichten
- Starke finanzielle Förderung tierversuchsfreier Forschungsmethoden und Einrichtung entsprechender Forschungszentren
- Auftrittserlaubnis auf öffentlichen Flächen nur für Zirkusse und Schausteller ohne Tierdarbietung

- UND: Verbot von tierquälerischen Tierversuchen!

Neugierig geworden?

<https://www.tierschutzpartei.de>

<https://www.tierschutzpartei.de/partei/grundsatzprogramm/>

<https://www.facebook.com/Tierschutzpartei>

<https://www.facebook.com/Partei.Mensch.Umwelt.Tierschutz.LV.Niedersachsen>

<https://twitter.com/TNiedersachsen>

<https://www.instagram.com/parteimenschumwelttierschutz>

https://www.instagram.com/tierschutzpartei_niedersachsen

P.s. wir empfehlen zum Tag der Tiere:

[petazwei_streetteam_hannover](https://www.instagram.com/petazwei_streetteam_hannover)

bei [instagram.com](https://www.instagram.com) (unbezahlte Werbung)

<https://www.instagram.com/reel/ChzuGlaqR4N/?igshid=MDJmNzVkMjY%3D>

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Turkey alternative with Roquefort, vegan cream cheese and vegan liverwurst (vegan)



Quantity: 8 people

150 grams of soy cubes
some poultry spice powder (e.g. from Knorr)
some rapeseed oil
2 tablespoons brandy (warmed in the microwave or in a saucepan)
50 grams margarine (heated in the microwave or in a saucepan)
some table salt
some pepper, fresh from the mill
300 milliliters of dry white wine
150 milliliters Schlagfix

Filling:

100 grams of vegan cream cheese with a nutty flavor (see tips)
100 grams of vegan liver sausage (e.g. from Granovita)
100 grams of breadcrumbs
1 tablespoon chopped parsley (dried)
some table salt
some pepper, fresh from the mill

Aside from that:

1 lighter
some aluminum foil

Filling:

Put the vegan cream cheese (see tips), the vegan liverwurst, breadcrumbs and the dried parsley in a bowl, season the ingredients with table salt and pepper and mix the contents of the bowl.

Preparation:

Now soak the soy cubes in a bowl of boiled water for about 10-12 minutes.

Then pour the soy cubes through a coarse sieve and squeeze them out well to get the soy taste out.

Then first soak the soy cubes in a bowl of boiled water for about 10-12 minutes.

Now pour the soy cubes through a coarse sieve and squeeze them out well to get the soy taste out.

Continuation:

Turkey alternative with Roquefort, vegan cream cheese and vegan liverwurst (vegan)



Then put the soy cubes and the filling in a casserole dish, mix the ingredients and pour the warmed brandy over them before lighting the brandy with a lighter. Then brush the soy cubes with the melted margarine and add the wine before covering the mold with aluminum foil.

Now put the casserole dish in the preheated oven at 160 degrees Celsius (top heat/bottom heat) and cook the dish for 3 1/2 hours. Then remove the foil and bake the dish in the oven for another 30 minutes.

After 4 hours, take the casserole dish out of the oven, place it on a preheated plate with a slotted spoon and keep the meat substitute warm in the switched-off oven.

Then put the Schlagfix and the gravy in a small saucepan, stir the contents of the pan with a wooden spoon and heat it up over low heat before pouring the sauce into a gravy boat. Finally, serve the sauce with the turkey alternative to your guests.

Our tips:

Vegan cream cheese with a nutty taste

Quantity: about 200 grams

200 grams of cashew nuts
100 milliliters of water
1 teaspoon lime juice
some table salt
some pepper, fresh from the mill
Garlic and other spices/herbs to taste
a very good blender

Soak the cashew nuts in water. After 12 hours, put them in a powerful blender, which will produce a fine, spreadable paste. Season the mass with pepper, table salt and garlic. The lime juice gives your cream cheese cream a slightly sour touch.

Continuation:

Turkey alternative with Roquefort, vegan cream cheese and vegan liverwurst (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: Sylt salad with skyr lemon dressing (vegan)

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=833&t=116180>)

Main course: Turkey alternative with Roquefort, vegan cream cheese and vegan liverwurst

Dessert: jello with fruit cocktail

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115392>)

Wine recommendation: Lorch Morio Muscat Sweet

White wine

Suitable for: pork, poultry, poultry

Link: <https://www.vicampo.de/> (unpaid advertising)

Alcohol-free alternative: Speicherstadt Goldblatt mixture

Black Tea | full-bodied, malty, delicately spicy

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

We have a dream...

A suggestion to Members...

... what the party human, environmental, animal ([Tierschutzparty.de](https://www.tierschutzparty.de)) wants to assert:

**Human:**

- Allow affordable housing and promote social housing
- Create alternative housing concepts for seniors and elderly women
- Strengthen financial support for schools, kitas and educational institutions
- Strengthening and flexibility of public transport
- Helping cushions and artists according to needs

- Extension of project funding
- Develop and implement better inclusive opportunities
- Concept development to support homeless people
- Strengthening measures against racism and discrimination
- Create independent complaints against racism and discrimination

- Extension of welcome and recognition culture
- Fighting corruption and lobbyism
- Strengthening direct democracy

Environment:

- Enhanced support and planning safety for farmers in transition to organic, animal-free and sustainable production
- Expand and support regional direct marketing
- Establish more biodiversity and biodiversity projects in Lower Saxony
- Stop surface sealing
- Conservation and extension of nature conservation areas

- Renaturation and maintenance of moors and heaths
- Sustainable design of forestry
- Increase the proportion of "foreign"
- Promotion of renewable energy instead of nuclear power, coal power stations and oil/gas dependence
- Living values to shape cities through green areas and urban gardening

We have a dream...

A suggestion to Members...

... what the party human, environmental, animal (Tierschutzparty.de) wants to assert:



Animal:

- End industrial massage
- Increase in controls in livestock and farm holdings, experimental laboratories and carcasses
- Advancing Clean-Meat production in regional agriculture
- Mandatory introduction of herbal food offers in public institutions
- General support for animal shelter and wild animal reception stations through Public Hand

- Prohibition of animal transport from Lower Saxony to third countries
- Abolition of "hobby" hunting and cruel hunting methods (e.g. sleeper plants), awarding hunting rights only to professionally authorized persons (e.g. wild-keepers or fans)
- Set up hunting-free region
- Strong financial support for non-animal research methods and the establishment of appropriate research centres
- Residence permit on public areas only for circuses and showers without animal undercutting

- AND: Ban on cruel animal experiments!

Curious?

<https://www.tierschutzpartei.de/>

p.s. we recommend for the day of the animals:
 petazwei_streetteam_hannover
 at instagram.com (unpaid advertising)

<https://www.instagram.com/reel/ChzuGlaqR4N/?igshid=MDJmNzVkMjY%3D>

Truthahnbrust Alternative "Ungarische Art" (vegan)



Menge: 4 Portionen

720 Gramm Gramm like Chicken (4 Pakete von likemeat)
etwas Geflügelgewürz Pulver (zum Beispiel von Knorr)
etwas Rapsöl
1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen
4 Tomaten
2 Paprikaschoten
1/8 Liter Rotwein
1 Esslöffel Cremefine
etwas Kräutersalz
1 Esslöffel Oregano
etwas Weisser Pfeffer, frisch aus der Mühle
etwas Paprikapulver (edelsüß)

Nehmen Sie das like Chicken aus dere Verpackung und schneiden Sie es mit einem großen Küchenmesser in mundgerechte Stücke, bevor Sie den Fleischersatz in eine Schüssel geben, mit dem Geflügelgewürz Pulver würzen und gut durchmischen (damit das Gewürz überall ran kommt). Danach ziehen Sie die Zwiebeln und den Knoblauch ab und schneiden beide Zutaten mit dem großen Küchenmesser in Würfel. Anschließend halbieren Sie die Paprikaschote, befreien sie von deen Kerngehäusen, den weißen Scheidewänden und den Stielansätzen, bevor Sie die Schoten gründlich mit kaltem Wasser ausspülen und mit dem großen Küchenmesser in fingergroße Stücke schneiden. Außerdem spülen Sie die Tomaten mit kaltem Wasser ab, reiben sie mit einem sauberen Küchentuch kurz zum trocknen, halbieren die Tomaten und entfernen die grünen Stielansätze, bevor Sie die Tomaten mit dem großen Küchenmesser in kleine Stücke schneiden.

Nun erhitzen Sie jeweils 3 Esslöffel Rapsöl in zwei Pfannen und braten das like Chicken in zwei Portionen, erst bei großer, dann bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Wenden mit einem Kochlöffel an. Danach mischen Sie die Zwiebelwürfel und den Knoblauch unter und geben nach 1 - 2 Minuten die Paprikastücke in die Pfanne. Dabei mischen Sie die Zutaten bitte gelegentlich gut durch, bevor Sie die Tomaten hinzufügen. Jetzt würzen Sie den Inhalt der Pfanne.

Dann verrühren Sie kurz vor Ende der Garzeit den Rotwein in der Schüssel mit der Cremefine und rühren mit dem Kochlöffel das Gemisch unter den Fleischersatz. Nun lassen Sie die Zutaten nochmals kurz aufkochen, füllen das Gericht danach mit einer Schöpfkelle auf vorgewärmte flache Teller und servieren die Truthahnbrust Alternative Ihren Gästen zum Beispiel mit Butternudeln servieren.

Fortsetzung:

Truthahnbrust Alternative "Ungarische Art" (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Fenchelsuppe mit Pernod

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115845>)

Hauptspeise: Truthahnbrust Alternative "Ungarische Art" (vegan)

Dessert: Apfel-Vanille-Pudding

(Link: <https://forumKöche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115516>)

Weinempfehlung: Weingut Wittmann Riesling VOM LÖSS VDP.GUTSWEIN Wittmann

Weißwein

Passend zu: Tapas, jungem Gemüse, Geflügel

Link: <https://www.gute-weine.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Speicherstadt Mischung

Schwarzer Tee | gehaltvoll, malzig, feinwürzig

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Turkey breast alternative "Hungarian style" (vegan)



Quantity: 4 servings

720 grams grams like Chicken (4 packets of likemeat)
some poultry spice powder (e.g. from Knorr)
some rapeseed oil
1 onion
4 cloves of garlic
4 tomatoes
2 peppers
1/8 liter of red wine
1 tablespoon cream fine
some herb salt
1 tablespoon oregano
some white pepper, fresh from the mill
some paprika powder (noble sweet)

Remove the like-chicken from its packaging and use a large kitchen knife to cut into bite-sized pieces before placing the meat substitute in a bowl, seasoning with the poultry seasoning powder and mixing well (so the seasoning gets everywhere). Then peel off the onions and garlic and cut both ingredients into cubes with the large kitchen knife. Then halve the peppers, free them from the core, the white partitions and the stalks before you rinse the pods thoroughly with cold water and cut them into finger-sized pieces with a large kitchen knife. Also rinse the tomatoes with cold water, rub them dry with a clean kitchen towel, cut the tomatoes in half and remove the green stalks before you cut the tomatoes into small pieces with the large kitchen knife.

Now heat 3 tablespoons of rapeseed oil in two pans and fry the like-chicken in two portions, first over high and then over medium heat, turning occasionally with a wooden spoon. Then mix in the diced onions and garlic and, after 1 - 2 minutes, add the pieces of pepper to the pan. Please occasionally mix the ingredients well before adding the tomatoes. Now season the contents of the pan.

Then, shortly before the end of the cooking time, mix the red wine in the bowl with the crème fraîche and stir the mixture into the meat substitute with a wooden spoon. Now let the ingredients boil up again briefly, then use a ladle to fill the dish onto preheated flat plates and serve the turkey breast alternative to your guests, for example with buttered noodles.

Continuation:

Turkey breast alternative "Hungarian style" (vegan)



vegan menu suggestions:

Appetizer: Fennel soup with Pernod

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=794&t=115845>)

Main course: Turkey breast alternative "Hungarian style" (vegan)

Dessert: apple and vanilla pudding

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115516>)

Wine recommendation: Weingut Wittmann Riesling VOM LÖSS VDP.GUTSWEIN Wittmann

White wine

Suitable for: tapas, young vegetables, poultry

Link: <https://www.gute-weine.de/> (unpaid advertising)

Alcohol-free alternative: Speicherstadt mixture

Black Tea | full-bodied, malty, delicately spicy

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahnbrust Alternative mit Möhren-Zwiebel-Gemüse (vegan)



Menge: 8 Portionen

- 4 Esslöffel Mittelscharfen Senf (veganen)
- 2 Esslöffel Rapsöl
- etwas Kräutersalz
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Teelöffel Paprikapulver (edelsüß)
- 2,5 Kilogramm planted.chicken - Natur
- 2 Kilogramm Möhren
- 500 Gramm Zwiebeln
- 50 Gramm Butasan (pflanzliche Butterschmalz Alternative)
- Saft von 2 Zitronen
- etwas Weisser Pfeffer, frisch aus der Mühle
- 1 Bund Basilikum
- 1 Esslöffel Dunklen Saucenbinder (zum Beispiel von Bio Vegan)

Wässern Sie einen Römertopf mit kaltem Wasser für mindestens 10 Minuten. Dann verrühren Sie in einer Schüssel den Senf, das Rapsöl, 1 Esslöffel Tomatenmark, 1 Teelöffel Paprikapulver und 1/2 Teelöffel Kräutersalz. Danach streichen Sie die Planted-Chicken damit rundherum, legen es in den abgetropften Römertopf und verschließen Sie den Topf mit einem Deckel und geben ihn in den kalten Backofen. Anschließend erhitzen Sie den Backofen auf 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) und braten den Fleischersatz etwa 90 Minuten im Backofen.

Währenddessen schälen Sie bitte die Möhren, entfernen die grünen Stielansätze, spülen die Möhren einmal kurz mit kaltem Wasser ab und reiben sie danach mit einem sauberen Geschirrtuch trocken, bevor Sie die Möhren mit einem großen Küchenmesser in Scheiben schneiden. Außerdem ziehen Sie die Zwiebeln bitte ab und schneiden sie mit dem großen Küchenmesser in feine Würfel (nebenbei: wenn Sie die Zwiebeln vor dem Würfeln mit kaltem Wasser abspülen, tränen die Augen nicht so stark!). Nach 90 Minuten nehmen Sie den Deckel vom Römertopf ab und begießen das Planted-Chicken mit einer Schöpfkelle von der Bratenflüssigkeit und braten den Fleischersatz weitere 20 Minuten ohne Deckel im Backofen.

Während der Backzeit erhitzen Sie das Butasan in einem Kochtopf und dünsten zuerst die Zwiebelwürfel, dann die Möhren darin unter Rühren mit einem Kochlöffel bei mittlerer Hitze an. Anschließend gießen Sie Zitronensaft und 100 Milliliter Wasser in den Kochtopf und würzen das Gemüse mit Kräutersalz und Pfeffer. Danach verschließen Sie den Kochtopf mit einem Deckel und dünsten die Zutaten zugedeckt etwa 12 Minuten weich. Währenddessen spülen Sie die Basilikumblätter mit kaltem Wasser ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Blätter von den Stielen und schneiden sie mit dem großen Küchenmesser in Streifen. Danach heben Sie das Basilikum kurz vor dem Servieren unter die Möhren und ziehen den Kochtopf von der Kochstelle.

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Fortsetzung:

Truthahnbrust Alternative mit Möhren-Zwiebel-Gemüse (vegan)



Anschließend nehmen Sie den Fleischersatz aus dem Ofen, nehmen ihn mit einer Schaumkelle aus dem Römertopf und gießen die Bratflüssigkeit in einen weiteren Kochtopf. Dann geben Sie den Planted-Chicken wieder in den Römertopf, stellen den Topf in den ausgeschalteten Backofen und lassen den Fleischersatz kurz ruhen. Nebenbei kochen Sie die Bratenfond bei mittlerer Hitze auf, dicken ihn nach eigenem Belieben mit Saucenbinder an und schmecken die Sauce mit den Gewürzen pikant ab.

Zum Schluss geben Sie den Fleischersatz mit der Schaumkelle auf vorgewärmte flache Teller, geben die Möhren als Beilage darauf und nappieren (mit einem Esslöffel überziehen) das planted.chicken mit der Sauce, bevor Sie das Gericht Ihren Gästen zum Beispiel mit Kartoffelpüree, Spätzle und Rotkohl servieren.

Vorbereitungszeit: etwa 30 Minuten

Zubereitungszeit: etwa 90 Minuten

vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Eisbergsalat-Suppe

(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115860>)

Hauptspeise: Truthahnbrust Alternative mit Möhren-Zwiebel-Gemüse

Dessert: Schichtpudding

(Link: <https://forum.Koeche-nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115415>)

Weinempfehlung: Rotkäppchen Qualitätswein Riesling trocken

Weißwein

Passend zu: leichten Gerichten, Fisch und Geflügel und überzeugt mit dem Qualitätsversprechen der Marke Rotkäppchen.

Link: <https://www.club-of-wine.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: China Spezial Der Vergessene Garten® Grüner Tee | frisch, lieblich

Link: <https://www.wasserschloss.de/> (unbezahlte Werbung)

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Turkey breast alternative with carrots, onions and vegetables (vegan)



Quantity: 8 servings

4 tablespoons medium hot mustard (vegan)
2 tablespoons canola oil
some herb salt
1 tablespoon tomato paste
1 teaspoon paprika powder (noble sweet)
2.5 kilogramm planted.chicken - natural
2 kilograms of carrots
500 grams of onions
50 grams butasan (vegetable clarified butter alternative)
juice of 2 lemons
some white pepper, fresh from the mill
1 bunch of basil
1 tablespoon dark sauce thickener (e.g. from Bio Vegan)

Soak a crock pot in cold water for at least 10 minutes. Then mix the mustard, canola oil, 1 tablespoon tomato paste, 1 teaspoon paprika powder and 1/2 teaspoon herb salt in a bowl. Then spread the piquant.chicken all over, place them in the drained Roman pot, close the pot with a lid and put it in the cold oven. Then heat the oven to 200 degrees Celsius (top heat/bottom heat) and roast the meat substitute in the oven for about 90 minutes.

In the meantime, please peel the carrots, remove the green stalks, rinse the carrots briefly with cold water and then rub them dry with a clean tea towel before slicing the carrots with a large kitchen knife. In addition, please peel off the onions and cut them into fine cubes with the large kitchen knife (by the way: if you rinse the onions with cold water before dicing, your eyes will not water so much!).

After 90 minutes, remove the lid from the Roman pot and pour the plated chicken over the roasting liquid with a ladle and roast the meat substitute in the oven without the lid for another 20 minutes.

During the baking time, heat the butasan in a saucepan and sauté the diced onions first, then the carrots over medium-high heat while stirring with a wooden spoon. Then pour the lemon juice and 100 milliliters of water into the saucepan and season the vegetables with herb salt and pepper. Then close the saucepan with a lid and steam the ingredients covered for about 12 minutes until soft. Meanwhile, rinse the basil leaves with cold water, shake dry briefly, pluck the leaves from the stems and cut them into strips with a large kitchen knife. Then, just before serving, fold the basil under the carrots and pull the saucepan off the hob.

Continuation:

Turkey breast alternative with carrots, onions and vegetables (vegan)



Then take the meat substitute out of the oven, take it out of the Roman pot with a slotted spoon and pour the roasting liquid into another saucepan. Then put the planet.Chicken back into the Roman pot, place the pot in the switched-off oven and let the meat substitute rest briefly. At the same time, boil the roast stock over medium heat, thicken it with sauce thickener as you like and taste the sauce with the spices.

Finally, use a slotted spoon to place the meat substitute on preheated flat plates, add the carrots as a side dish and coat (cover with a tablespoon) the planted.chicken with the sauce before you serve the dish to your guests, for example with mashed potatoes, spaetzle and red cabbage serve.

Preparation time: about 30 minutes

Preparation time: around 90 minutes

vegan menu suggestions:

Appetizer: Iceberg lettuce soup

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=794&t=115860>)

Main course: Turkey breast alternative with carrots and onions

Dessert: layered pudding

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115415>)

Wine recommendation: Red Riding Hood quality wine Riesling dry

White wine

Goes well with: light dishes, fish and poultry and convinces with the quality promise of the Rotkummel brand.

Link: <https://www.club-of-wine.de/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: China Special The Forgotten Garden® Green Tea | fresh, lovely

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Frikassee Alternative (vegan)



Menge: 2 Portionen

400 Gramm like Chicken (von like meat)
etwas Geflügelgewürz Pulver (zum Beispiel von Knorr)
1 Esslöffel Margarine (vegane)
1 Esslöffel weißes Mehl
1/2 Zwiebel
1/4 Liter Gemüsebrühe (vegane)
1/8 Liter Weißwein (veganen)
1/8 Liter Sojamilch (oder andere pflanzliche Milch)
4 Esslöffel Schlagfix
2 Kartoffeln (festkochend)
2 kleine Möhren
1 kleine Zucchini
80 Gramm Champignons oder Steinpilze
1/4 Kopf Blumenkohl
1 Esslöffel Kräuter der Provence
etwas Kräutersalz
etwas Weißer Pfeffer, frisch aus der Mühle

Als Erstes schälen Sie die Kartoffeln, spülen sie mit kaltem Wasser ab, reiben die Kartoffeln kurz mit einem sauberen Geschirrtuch trocken und schneiden sie mit einem großen Küchenmesser in Scheiben. Dann setzen Sie einen Kochtopf mit warmem Wasser auf, bringen das Wasser zum Kochen, würzen das Wasser mit Kräutersalz und kochen die Kartoffeln vor.

Dann nehmen Sie das Like-Chicken aus der Verpackung, schneiden Sie es mit dem großen Küchenmesser in mundgerechte Stücke und würzen Sie den Fleischersatz in einer Schüssel mit etwas Geflügelgewürz Pulver. Danach ziehen Sie die Zwiebel ab, halbieren es mit dem großen Küchenmesser und schneiden die halbe Zwiebel in feine Würfel. Anschließend gießen Sie die vorgekochten Kartoffelscheiben durch ein grobes Sieb, schrecken sie mit kaltem Wasser ab (damit die Kartoffeln nicht weiter garen) und stellen die Kartoffeln erstmal beiseite.

Nun erhitzen Sie 1 Esslöffel Margarine in einer Pfanne und dünsten die Zwiebelwürfel darin glasig. Wenn die Zwiebeln glasig sind geben Sie das like Chicken in die Pfanne, verrühren den Inhalt der Pfanne mit einem Kochlöffel (bitte kein Metall benutzen, das würde die Pfanne zerkratzen und die Schwebeteilchen sind krebserregend!) und braten den Fleischersatz erst bei großer, dann bei mittlerer Hitze durch. Dann bestäuben Sie den Fleischersatz mit dem weißen Mehl, verrühren die Zutaten nochmal gut mit dem Kochlöffel und gießen die Pfanne mit Gemüsebrühe, veganen Wein und der pflanzlichen Milch auf, bevor Sie den Inhalt der Pfanne bei kleiner Hitze weiterkochen und ab und zu umrühren.

Fortsetzung:

Truthahn Frikassee Alternative (vegan)



Nebenbei schälen Sie bitte die Möhren, befreien sie von den grünen Stielansätzen, spülen die Möhren kurz mit kaltem Wasser ab, reiben sie danach mit einem sauberen Geschirrtuch trocken und schneiden die Möhren anschließend mit dem großen Küchenmesser in Scheiben. Dann spülen Sie auch die Zucchini mit kaltem Wasser ab, reiben sie ebenfalls kurz trocken und entfernen die Enden mit dem großen Küchenmesser, bevor Sie die Zucchini halbieren und in Scheiben schneiden.

Anschließend ziehen Sie die Pfanne bitte nach 8 Minuten von der Kochstelle, um Zeit zu haben, das weitere Gemüse zu putzen.

Danach putzen Sie die Pilze (siehe Tipps) und schneiden sie mit einem Gemüsemesser ebenfalls in Scheiben. Außerdem befreien Sie den Blumenkohl von den äußeren Kohlblättern, vierteln den Kohl, spülen ein Viertel des Kohls mit kaltem Wasser ab und schneiden mit dem Gemüsemesser kleine Röschen vom Kohl.

Nach etwa 8 Minuten Garzeit schieben Sie die Pfanne wieder auf die Kochstelle, geben nun das Gemüse mit in die Pfanne, ebenfalls die vorgekochten Kartoffelscheiben. Danach verrühren Sie die Zutaten in der Pfanne mit dem Kochlöffel und garen sie bis auf den Biss (so dass die Zutaten noch etwas Biss haben und somit möglichst über noch ein paar Nährstoffe verfügen).

Anschließend verfeinern Sie das Gericht mit dem Schlagfix, geben die Kräuter der Provence dazu, verrühren die Zutaten nochmal mit dem Kochlöffel und schmecken sie mit Kräutersalz und weißem Pfeffer ab.

Zum Schluss füllen Sie die Truthahn Frikassee Alternative in vorgewärmte tiefe Teller, bestreuen Sie eventuell noch etwas Kräuter und servieren das Gericht Ihren Gästen.

Unser Tipp:

Pilze (außer Pfifferlinge) sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollten Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen bemehlen Sie sie bitte mit zwei Esslöffel weißem Mehl (in einer Schüssel) und putzen das Mehl mit einem Pinsel ab. Das weiße Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die ganzen Verunreinigungen gehen so leicht von den Pilzen ab.

Fortsetzung:

Truthahn Frikassee Alternative (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Neustädter Mittelmeersalat mit Oregano (vegan)

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=833&t=116194>)

Hauptspeise: Truthahn Frikassee Alternative (vegan)

Dessert: Vanille-Himbeer Pudding

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115399>)

Weinempfehlung: Peter & Peter Riesling Feinherb 11%

Weißwein

Passend zu: leichten Gerichten wie Fisch, gekochtem Fleisch und Geflügel.

Link: <https://allspirits24.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: China Sencha – Japanese Style Grüner Tee | feinherb

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey fricassee alternative (vegan)



Quantity: 2 servings

400 grams like chicken (from like meat)
some poultry spice powder (e.g. from Knorr)
1 tablespoon margarine (vegan)
1 tablespoon white flour
1/2 onion
1/4 liter vegetable broth (vegan)
1/8 liter white wine (vegan)
1/8 liter soy milk (or other plant-based milk)
4 tablespoons Schlagfix
2 potatoes (waxy)
2 small carrots
1 small zucchini
80 grams of mushrooms or porcini mushrooms
1/4 head cauliflower
1 tablespoon Herbes de Provence
some herb salt
some white pepper, fresh from the mill

First, please peel the potatoes, rinse them with cold water, briefly rub the potatoes dry with a clean tea towel and cut them into slices with a large kitchen knife. Then you put a saucepan with warm water on, bring the water to the boil, season it with herb salt and pre-cook the potatoes.

Then take the like-chicken out of the packaging, cut it into bite-sized pieces with the large kitchen knife and season the meat substitute in a bowl with some poultry spice powder. Then peel off the onion, halve it with the large kitchen knife and cut half the onion into fine cubes. Then pour the pre-cooked potato slices through a coarse sieve, rinse them with cold water (so that the potatoes don't continue to cook) and set the potatoes aside for the time being.

Now heat 1 tablespoon of margarine in a pan and sauté the diced onions in it until translucent. When the onions are translucent, put the like-chicken in the pan, mix the contents of the pan with a wooden spoon (please do not use metal, that would scratch the pan and the suspended particles are carcinogenic!) and fry the meat substitute first at high and then at medium heat. Then dust the meat substitute with the white flour, stir the ingredients well again with a wooden spoon and pour the pan with vegetable stock, vegan wine and plant-based milk before continuing to cook the contents of the pan over a low heat, stirring from time to time.

Continuation:

Turkey fricassee alternative (vegan)



In addition, please peel the carrots, remove the green stalks, rinse the carrots briefly with cold water, then rub them dry with a clean tea towel and then cut the carrots into slices with a large kitchen knife. Then rinse the courgettes with cold water, also rub them dry and remove the ends with the large kitchen knife before halving and slicing the courgettes.

Then, after 8 minutes, please remove the pan from the hotplate to have time to clean the other vegetables.

Then clean the mushrooms (see tips) and cut them into slices with a paring knife. Also remove the outer leaves from the cauliflower, quarter the cabbage, rinse a quarter of the cabbage with cold water and cut small florets from the cabbage with the paring knife.

After about 8 minutes of cooking, put the pan back on the hob and add the vegetables to the pan, along with the pre-cooked potato slices. Then mix the ingredients in the pan with a wooden spoon and cook until the bite is done (so that the ingredients still have some bite and therefore still have a few nutrients).

Then refine the dish with the Schlagfix, add the herbs de Provence, stir the ingredients again with a wooden spoon and season with herb salt and white pepper.

Finally, fill the turkey fricassee alternative into preheated deep plates, sprinkle with some herbs and serve the dish to your guests.

Our tip:

Mushrooms (except chanterelles) are very finicky with water, they soak it up and then you just taste water. That's why you should never put the mushrooms in water. Instead, please flour them with two tablespoons of white flour (in a bowl) and brush off the flour with a brush. The white flour acts like sandpaper and all the impurities come off the mushrooms so easily.

Continuation:

Turkey fricassee alternative (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: Neustadt Mediterranean salad with oregano (vegan)

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=833&t=116194>)

Main course: Turkey fricassee alternative (vegan)

Dessert: vanilla raspberry pudding

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115399>)

Wine recommendation: Peter & Peter Riesling fine dry 11%

White wine

Suitable for: light dishes such as fish, cooked meat and poultry.

Link: <https://allspirits24.de/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: China Sencha – Japanese Style Green Tea | off-dry

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Alternative in Schokoladensauce (vegan)



Menge: 4 Portionen

- 1 Kilogramm Sojawürfel
- 4 Esslöffel Rapsöl
- etwas Kräutersalz
- etwas bunter Pfeffer, frisch aus der Mühle
- 1 Esslöffel Margarine
- 1 Esslöffel Sesam
- 150 Gramm Tomaten
- 8 Chilischoten
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 300 Milliliter Gemüsebrühe (vegane)
- 1 Teelöffel Zimt
- etwas Koriander
- 25 Gramm Bitter-Schokoladenkuvertüre, geraspelt (und vegane)
- 2 Speisestärke
- 1/2 Packung Rotwein (oder roten Traubensaft wenn Kinder mitessen)

Lassen Sie als Erstes die Sojawürfel in einer Schüssel für etwa 10 - 12 Minuten in gekochtem Wasser einweichen.

Danach gießen Sie die Sojawürfel durch ein grobes Sieb und drücken Sie gut aus, um den Sojageschmack rauszubekommen.

Anschließend würzen Sie die Sojawürfel mit Kräutersalz, Pfeffer und etwas Geflügel Gewürz Pulver. Anschließend ziehen Sie die Zwiebel und den Knoblauch ab und schneiden beide Zutaten mit einem großen Küchenmesser getrennt in feine Würfel. Außerdem spülen Sie bitte die Tomaten mit kaltem Wasser ab, reiben sie kurz mit einem sauberen Geschirrtuch trocken, entfernen die grünen Stielansätze mit einem Gemüsemesser und schneiden die Tomaten mit einem großen Küchenmesser in Würfel. Anschließend schlitzten Sie die Chilischoten mit dem Gemüsemesser längs auf, entfernen eventuell die Kerne (wenn Sie es etwas schärfer mögen können Sie die Kerne auch drin lassen), entfernen die Stielansätze und schneiden die Schoten mit dem Gemüsemesser in feine Ringe. Danach erhitzen Sie die Margarine in einer beschichteten Pfanne und dünsten die Zwiebelwürfel, den Knoblauch, den Sesam, Tomaten und den Chili. Anschließend geben Sie die Sojawürfel mit in die Pfanne, verrühren die Zutaten mit einem Kochlöffel (bitte kein Metall benutzen, das würde die Pfanne zerkratzen und die Schwebeteilchen sind krebserregend!) und braten die Sojawürfel bei mittlerer Hitze an.

Fortsetzung:

Truthahn Alternative in Schokoladensauce (vegan)



Nach dem Anbraten füllen Sie die Pfanne mit Gemüsebrühe auf, würzen den Pfannen Inhalt mit Zimt, Koriander und der der fein geraspelten Schokolade und lassen die Zutaten bei kleiner Hitze und aufgelegtem Deckel etwa 50 Minuten schmoren.

Nach dem Schmoren nehmen Sie die Sojawürfel mit einer Schöpfkelle aus der Pfanne und stellen sie in einer Auflaufform im Backofen bei 80 Grad Celsius warm.

Nun gießen Sie die Sauce durch ein Sieb (wir würden dafür ein Spitzsieb empfehlen) und lassen Sie sie nochmal in der Pfanne bei großer Hitze aufkochen. Nebenbei rühren Sie die Speisestärke mit dem Rotwein in einer Schüssel mit einem Schneebesen an und geben das Gemisch dann unter Rühren mit dem Schneebesen in die Sauce.

Anschließend hohlen Sie die Sojawürfel aus dem Backofen, geben sie mit einer Schaumkelle auf vorgewärmte flache Teller, nappieren (mit einem Löffel übergießen) den Fleischersatz mit der Sauce und servieren das Gericht Ihren Gästen zum Beispiel mit Spätzle und Tomaten mit Avocadomus.

vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Feine Rotkohlsuppe

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115847>)

Hauptspeise: Truthahn Alternative in Schokoladensauce (vegan)

Dessert: französischer Orangenpudding

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115488>)

Weinempfehlung: Rotkäppchen Qualitätswein Riesling trocken

Weißwein

Passend zu: leichten Gerichten, Fisch und Geflügel und überzeugt mit dem Qualitätsversprechen der Marke Rotkäppchen.

Link: <https://www.club-of-wine.de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: China Spezial Der Vergessene Garten® Grüner Tee | frisch, lieblich

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Turkey alternative in chocolate sauce (vegan)



Quantity: 4 servings

1 kilogram of soy cubes
4 tablespoons canola oil
some herb salt
some colored pepper, fresh from the mill
1 tablespoon of margarine
1 tablespoon sesame
150 grams of tomatoes
8 chili peppers
1 onion
3 cloves of garlic
300 milliliters vegetable broth (vegan)
1 teaspoon of cinnamon
some coriander
25 grams bittersweet chocolate couverture, grated (and vegan)
2 corn starch
1/2 pack of red wine (or red grape juice if children are eating)

First, soak the soy cubes in a bowl of boiled water for about 10-12 minutes.

Then pour the soy cubes through a coarse sieve and squeeze them out well to get the soy taste out.

Then season the soy cubes with herb salt, pepper and some gelling powder. Then peel off the onion and garlic and cut both ingredients separately into fine cubes with a large kitchen knife. In addition, please rinse the tomatoes with cold water, rub them dry with a clean tea towel, remove the green stalks with a paring knife and cut the tomatoes into cubes with a large kitchen knife. Then slit the chili peppers lengthwise with the paring knife, remove any seeds (if you like it a little spicier you can leave the seeds in), remove the stalks and cut the pods into fine rings with the paring knife. Then heat the margarine in a coated pan and sauté the diced onions, garlic, sesame, tomatoes and chili. Then put the soy cubes in the pan, mix the ingredients with a cooking spoon (please do not use metal, that would scratch the pan and the suspended particles are carcinogenic!) and fry the soy cubes over medium heat.

After searing, fill the pan with vegetable broth, season the contents of the pan with cinnamon, coriander and the finely grated chocolate and let the ingredients simmer over a low heat with the lid on for about 50 minutes.

After braising, take the soy cubes out of the pan with a ladle and place them in a casserole dish in the oven at 80 degrees Celsius.

Continuation:

Turkey alternative in chocolate sauce (vegan)



Now pour the sauce through a sieve (we would recommend a pointed sieve for this) and let it boil again in the pan over high heat. Incidentally, stir the cornstarch with the red wine in a bowl with a whisk and then add the mixture to the sauce while stirring with the whisk.

Then take the soy cubes out of the oven, put them on preheated flat plates with a slotted spoon, cover the meat substitute with the sauce (pour over it with a spoon) and serve the dish to your guests, for example with spaetzle and tomatoes with avocado mousse.

vegan menu suggestions:

Starter: Fine red cabbage soup

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=794&t=115847>)

Main course: Turkey alternative in chocolate sauce (vegan)

Dessert: French orange pudding

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115488>)

Wine recommendation: Red Riding Hood quality wine Riesling dry

White wine

Goes well with: light dishes, fish and poultry and convinces with the quality promise of the Rotkummel brand.

Link: <https://www.club-of-wine.de/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: China Special The Forgotten Garden® Green Tea | fresh, lovely

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Kroketten Alternative (vegan)



Menge: 3-4 Personen:

250 Gramm vegane Chickeriki Streifen
etwas Geflügelgewürz Pulver
125 Gramm vegane Gedämpfte Wurst Alternative (zum Beispiel von Herbasch)
65 Gramm Champignons oder Steinpilze
2 Esslöffel Margarine
1 Tasse Gemüsebrühe (vegane
etwas Kräutersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
1 Bund Petersilie
14 Gramm Ei-Ersatz (von RUF, 1)
100 Milliliter Mineralwasser (medium, 2)
ein paar Semmelbrösel
etwas pflanzliches Backfett

Füllen Sie als erstes den Ei-Ersatz in eine kleine Schüssel und verrühren Sie ihn mit dem Mineralwasser (mit einer Gabel geht das am besten). Dann machen Sie das Gleiche mit dem zweiten Ei-Ersatz und dem zweiten Mineralwasser. Anschließend spülen Sie die Petersilie mit kaltem Wasser ab, schütteln sie kurz trocken und zupfen die Blättchen von den Stängeln (siehe eventuell Tipps um Zeit zu sparen) bevor Sie die Petersilie mit einem Wiegemesser oder einem großen Küchenmesser fein Hacken.

Dann nehmen Sie die Chckeriki Streifen aus der Verpackung und würzen sie mit dem Geflügel Gewürz Pulver. Danach schneiden Sie die Wurst Alternative mit dem großen Küchenmesser in Würfel, geben sie mit den Chickeriki Streifen in eine Schüssel und vermischen beide Zutaten.

Anschließend putzen Sie die Pilze (siehe Tipps) und schneiden sie mit dem großen Küchenmesser in Scheiben, bevor Sie die Margarine in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und die Pilze im heißen Fett andünsten. Danach gießen Sie die Gemüsebrühe dazu und lassen den Inhalt der Pfanne so lange kochen, bis die Sauce zur Hälfte eingekocht ist.

Nun geben Sie noch etwas Margarine, die Gewürze und die gehackte Petersilie in die Pfanne, legen einen Deckel auf und kochen die Sauce etwa 10 Minuten bei mittlerer Hitze. Anschließend gießen Sie die Sauce durch ein grobes Sieb (wir empfehlen hierzu einen Spitzsieb) und vermengen die Sauce mit dem Ei-Ersatz (1). Dann mischen Sie die Sauce mit dem Fleischersatz und der Wurst Alternative, lassen die Masse erkalten und formen aus der Masse anschließend längliche Klößchen (Kroketten). Danach wenden Sie die Kroketten in Mehl, anschließend im Ei-Ersatz (2) und danach in den Semmelbröseln und backen sie im heißen Bratfett schwimmend aus.

Fortsetzung:

Truthahn Kroketten Alternative (vegan)



Zum Schluss servieren Sie die Truthahn-Kroketten Alternative Ihren Gästen, zum Beispiel mit Reis oder Weißkohl und mit einem schönen Salat.

Unsere Tipps:

Wenn Sie Zeit sparen möchten, nehmen Sie das Bund Petersilie-Blättchen in die eine Hand, die Stängel in die andere und drehen die Hände einmal in die entgegengesetzte Richtung. So trennt ein Koch die Petersilie von den Stängeln!

Pilze (außer Pfifferlinge) sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollten Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen bemehlen Sie sie bitte mit zwei Esslöffel weißem Mehl (in einer Schüssel) und putzen das Mehl mit einem Pinsel ab. Das weiße Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die ganzen Verunreinigungen gehen so leicht von den Pilzen ab.

vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Dashi

(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115862>)

Hauptspeise: Truthahn-Kroketten Alternative (vegan)

Dessert: Alkoholisierte Wackelpudding-Orangen

(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115522>)

Weinempfehlung: Grüner Veltliner Steinfeder Gneis + Löss Wachau DAC

Weißwein

Passend zu: Geflügel und Krustentiere

Link: <https://www.vinorama.at/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Nepal | SFTGFOP1 2nd Flush Golden Maloom
Schwarzer Tee | aromatisch, weich blumig, leichte Tasse

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey croquettes alternative (vegan)



Quantity: 3-4 people:

250 grams vegan chickeriki strips
some poultry spice powder
125 grams vegan steamed sausage alternative (e.g. from Herbosch)
65 grams of mushrooms or porcini mushrooms
2 tablespoons of margarine
1 cup vegetable broth (vegan)
some herb salt
some pepper, fresh from the mill
1 bunch of parsley
14 grams egg substitute (from RUF, 1)
100 milliliters mineral water (medium, 2)
some breadcrumbs
some vegetable shortening

First, put the egg substitute in a small bowl and mix it with the mineral water (a fork works best). Then do the same with the second egg replacer and the second bottled water. Then rinse the parsley with cold water, shake it dry and pluck the leaves from the stalks (see any tips to save time) before chopping the parsley finely with a chopping knife or a large kitchen knife.

Then take the chickeriki strips out of the packaging and season them with the poultry spice powder. Then cut the sausage alternative into cubes with the large kitchen knife, put them in a bowl with the chickeriki strips and mix both ingredients.

Then clean the mushrooms (see tips) and cut them into slices with the large kitchen knife before heating the margarine in a pan over medium heat and sautéing the mushrooms in the hot oil. Then pour in the vegetable broth and let the contents of the pan boil until the sauce has reduced by half.

Now add some more margarine, the spices and the chopped parsley to the pan, put on the lid and cook the sauce for about 10 minutes over medium heat. Then pour the sauce through a coarse sieve (we recommend a pointed sieve) and mix the sauce with the egg substitute (1). Then mix the sauce in the bowl with the meat substitute and the sausage alternative, let the mass cool down and then form long dumplings (croquettes) from the mass. Then turn the croquettes in flour, then in the egg substitute (2) and then in the breadcrumbs and fry them in hot shortening.

Continuation:

Turkey croquettes alternative (vegan)



Finally, serve the turkey croquette alternative to your guests, for example with rice or white cabbage and a nice salad.

Our tips:

If you want to save time, hold the bunch of parsley leaves in one hand, the stalks in the other and turn your hands once in the opposite direction. How a chef separates the parsley from the stalks!

Mushrooms (except chanterelles) are very finicky with water, they soak it up and then you just taste water. That's why you should never put the mushrooms in water. Instead, please flour them with two tablespoons of white flour (in a bowl) and brush off the flour with a brush. The white flour acts like sandpaper and all the impurities come off the mushrooms so easily.

vegan menu suggestions:

Appetizer: Dashi

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=794&t=115862>)

Main course: Turkey croquettes alternative (vegan)

Dessert: Alcoholized jelly oranges

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115522>)

Wine recommendation: Grüner Veltliner Steinfeder Gneiss + Loess Wachau DAC

White wine

Suitable for: Poultry and crustaceans

Link: <https://www.vinorama.at/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: Nepal | SFTGFOP1 2nd Flush Golden Maloom
Black Tea | aromatic, soft floral, light cup

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn-Auflauf mit veganen Bacon (vegan)

Menge: 4 Portionen



1 Kilogramm KoRo | Erbsenprotein Schnitzel
etwas Kräutersalz
etwas buntem Pfeffer, frisch aus der Mühle
2 kleine Stauden Stangensellerie
40 Gramm Margarine
2 Knoblauchzehen
1/2 Teelöffel Zimtpulver
4 Esslöffel Cognac oder Weinbrand

Außerdem:

1 Paket veganen Bacon, dünne Scheiben, bei Bedarf auch mehr
1 Gemüsebürste

Vermischen Sie das Erbsenprotein in einer Schüssel Schnitzel mit Kräutersalz und Pfeffer. Dann reißen Sie die einzelnen Stangen des Selleries ab, spülen Sie mit kaltem Wasser gründlich ab (dafür können Sie eventuell eine Gemüsebürste benutzen) und lassen den Sellerie im Spülbecken gut abtropfen. Danach entfernen Sie die oberen und unteren Enden der Stangen mit einem großen Küchenmesser (das Grün können Sie aufheben und für die Dekoration benutzen). Anschließend ziehen Sie die Fäden der Selleriestangen mit dem großen Küchenmesser ab und schneiden den Sellerie danach in Scheiben.

Nun erhitzen Sie die Margarine in einer großen Pfanne und verteilen den Sellerie darin. Dann salzen und pfeffern Sie den Sellerie und geben die Knoblauchzehen ungeschält dazugeben. Danach füllen Sie das Erbsenprotein Schnitzel mit Sellerie in eine Auflaufform und bestreuen die Zutaten noch mit Zimt. Danach braten Sie die Zutaten im Backofen bei 180 Grad (Gas: Stufe 2) etwa 40 - 60 Minuten (bitte schauen Sie gelegentlich nach der Truthahn Alternative, jeder Backofen ist anders), geben eventuell noch etwas Margarine hinzu und rühren die Zutaten dabei ab und an mit einem Kochlöffel um. Außerdem geben Sie bitte etwas Wasser mit in die Form und kochen die Schnitzel etwa 10 Minuten im Ofen weich. Dann gießen Sie den Cognac oder den Weinbrand in eine Schöpfkelle, erwärmen den Alkohol, zünden ihn mit einem Feuerzeug an und gießen den Alkohol brennend über die Schnitzel. Nach dem Abbrennen entfernen Sie die Knoblauchzehen mit einer Schaumkelle, schneiden den veganen Bacon in Streifen, mischen ihn mit in die Rollbraten Alternative und servieren das Gericht Ihren Gästen in der Form, zum Beispiel mit Rotkohl, Kartoffelklöße und/oder Kartoffelkroketten. Die vorgewärmten Teller stellen Sie bitte mit auf den Tisch, so kann sich jeder selbst bedienen.

Forsetzung:

Truthahn-Auflauf mit veganen Bacon (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Flensburger Shiitake-Salat mit Tofu-Croutons (vegan)
(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=833&t=116226>)

Hauptspeise: Truthahn-Auflauf mit veganen Bacon (vegan)

Dessert: Mandelpudding mit veganen Amarettini
(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115452>)

Weinempfehlung: GRÜNER VELTLINER ACHLEITEN FEDERSPIEL, HOLZAPFEL

Weißwein

Passend zu: Spargel, Geflügel und Nudelgerichte mit Fisch

Link: <https://www.vinorama.at/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Assam TGFOP1 Spl. 2nd Flush Mokalbari East
Schwarzer Tee | vollmundig, malzig, feinherb

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey casserole with vegan bacon (vegan)



Quantity: 4 servings

1 kilogram KoRo | Pea protein shreds
some herb salt
some colorful pepper, fresh from the mill
2 small bunches of celery
40 grams of margarine
2 cloves of garlic
1/2 teaspoon cinnamon powder
4 tablespoons of cognac or brandy

Aside from that:

1 pack of vegan bacon, thinly sliced, more if needed
1 vegetable brush

Mix the pea protein shreds with herb salt and pepper in a bowl. Then tear off the individual stalks of celery, rinse them thoroughly with cold water (you can use a vegetable brush for this) and let the celery drain well in the sink. Then use a large kitchen knife to remove the top and bottom ends of the sticks (you can save the greenery and use it for decoration). Then pull off the threads of the celery sticks with the large kitchen knife and then cut the celery into slices.

Now heat the margarine in a large pan and spread the celery in it. Then salt and pepper the celery and add the garlic cloves, unpeeled. Then fill the pea protein shreds with the celery in a casserole dish and sprinkle the ingredients with cinnamon. Then roast the ingredients in the oven at 180 degrees (gas: level 2) for about 40 - 60 minutes (please check the turkey alternative from time to time, every oven is different), add a little margarine if necessary and stir the ingredients and on with a cooking spoon. In addition, please pour some water into the mold and cook the schnitzel in the oven for about 10 minutes until soft. Then pour the cognac or brandy into a ladle, heat the alcohol, light it with a lighter and pour the alcohol over the schnitzel while it is burning. After burning, remove the garlic cloves with a slotted spoon, cut the vegan bacon into strips, mix it into the rolled roast alternative and serve the dish to your guests in this form, for example with red cabbage, potato dumplings and/or potato croquettes. Please put the preheated plates on the table, so everyone can serve themselves.

Continuation:

Turkey casserole with vegan bacon (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: Flensburger Shiitake salad with tofu croutons (vegan)

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=833&t=116226>)

Main course: Turkey casserole with vegan bacon (vegan)

Dessert: Almond pudding with vegan amarettini

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115452>)

Wine recommendation: GRÜNER VELTLINER ACHLEITEN FEDERSPIEL, HOLZAPPEL

White wine

Suitable for: asparagus, poultry and pasta dishes with fish

Link: <https://www.vinorama.at/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: Assam TGFOP1 Spl. 2nd Flush Mokalbari East
Black Tea | full-bodied, malty, off-dry

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahnrouladen Alternative (vegan)



Menge: 2 Portionen

1 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch
2 Knoblauchzehen
50 Gramm Mandelblätter
abgeriebene Schale von 1 Zitrone
7 Gramm Ei-Ersatz (von RUF)
etwas Kräutersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
1/2 Liter Wasser
etwas Tafelsalz
8 Wirsingblätter
8 Soja Big Steaks oder Seitan in Scheiben
etwas Kräutersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
1 Teelöffel Muskat
40 Gramm Butasan (pflanzliche Alternative zu Butterschmalz)
1/8 Liter Gemüsebrühe (vegane)
2 Tomaten
200 Gramm Schlagfix
eventuell etwas weißes Mehl

Außerdem:

Küchengarn oder Rouladenklammern

Spülen Sie die Petersilie und den Schnittlauch getrennt mit kaltem Wasser ab, schütteln Sie die Kräuter kurz trocken und zupfen Sie die Blätter der Petersilie ab (siehe Tipp) bevor Sie sie mit einem Wiegemesser oder einem großen Küchenmesser fein hacken. Danach schütteln Sie auch den Schnittlauch kurz trocken und schneiden ihn mit dem großen Küchenmesser in Röllchen. Anschließend ziehen Sie die Knoblauchzehen bitte ab und schneiden sie mit dem großen Küchenmesser in feine Würfel. Dann vermischen Sie die Zutaten mit den Mandelblättern, spülen die Zitrone mit heißem Wasser ab, reiben sie kurz mit einem sauberen Geschirrtuch trocken und reiben die Zitronenschale mit einem Zestenreißer oder einer Küchenreibe in die Schüssel. Danach vermischen Sie den Ei-Ersatz in einer kleinen Schüssel mit dem Mineralwasser (mit einer Gabel geht das am besten) und rühren den Ei-Ersatz in die größere Schüssel unter die anderen Zutaten, bevor Sie sie mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.

Fortsetzung:

Truthahnrouladen Alternative (vegan)



Danach bringen Sie das Wasser mit etwas Tafelsalz in einem Kochtopf zum kochen, geben die Wirsingblätter für 2 - 3 Minuten hinein und blanchieren die Blätter darin, bevor Sie sie mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen und in einer weiteren Schüssel mit kaltem Wasser abschrecken (damit die Wirsingblätter nicht weiter garen).

Nun würzen Sie die Big Steaks mit Kräutersalz und Pfeffer, legen jeweils ein Wirsingblatt darauf, würzen es mit Muskat, verteilen die Kräuter-Mandel-Füllung darüber und rollen die Wirsingblätter auf, bevor Sie die Rollen mit den Küchengarn wie ein Päckchen über Kreuz verschnüren oder mit Rouladenklammern umschließen.

Anschließend erhitzen Sie das Butasan in einer beschichteten Pfanne und braten die Rouladen darin bei mittlerer Hitze an. Dann gießen Sie die Gemüsebrühe an, legen einen Deckel auf die Pfanne und schmoren die Rouladen etwa 15 bis 20 Minuten bei mittlerer Hitze. Nach dem Schmoren nehmen Sie die Rouladen mit der Schaumkelle aus der Pfanne, legen sie in eine Auflaufform und stellen die Rouladen im 80 Grad heißen Backofen warm.

Danach spülen Sie die Tomaten mit kaltem Wasser ab, reiben sie kurz mit einem sauberen Geschirrtuch trocken, vierteln die Tomaten mit dem großen Küchenmesser und schneiden die Tomaten dann in Würfel. Anschließend geben Sie die Tomaten mit dem Schlagfix in den Fond in der Pfanne, lassen ihn einmal aufkochen und binden die Soße eventuell mit in Margarine verrührtem Mehl ab.

Zum Schluss hohlen Sie die Rouladen aus dem Backofen, geben sie mit der Schaumkelle auf vorgewärmte Teller, nappieren (übergießen) die Rouladen esslöffelweise mit der Soße und servieren sie Ihren Gästen zum Beispiel mit Salzkartoffeln, Rotkohl und Brokkoli.

Fortsetzung:

Truthahnrouladen Alternative (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Einlaufsuppe

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115861>)

Hauptspeise: Truthahnrouladen Alternative (vegan)

Dessert: Schokoladen - Ingwer - Pudding

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115413>)

Weinempfehlung: Grüner Veltliner Steinfeder Ried Hochrain Wachau DAC

Weißwein

Passend zu: Geflügel

Link: <https://www.vinorama.at/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Sikkim | SFTGFOP1 2nd Flush Temi

Schwarzer Tee | aromatisch, blumig, feine Tasse

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey rolls alternative (vegan)



Quantity: 2 servings

1 bunch of parsley
1 bunch of chives
2 cloves of garlic
50 grams of flaked almonds
grated zest of 1 lemon
7 grams of egg substitute (from RUF)
some herb salt
some pepper, fresh from the mill
1/2 liter of water
some table salt
8 cabbage leaves
8 soy big steaks or seitan in slices
some herb salt
some pepper, fresh from the mill
1 teaspoon nutmeg
40 grams butasan (vegetable alternative to clarified butter)
1/8 liter vegetable broth (vegan)
2 tomatoes
200 grams of impact fix
maybe some white flour

Aside from that:

Kitchen twine or roulade clips

Rinse the parsley and chives separately with cold water, shake the herbs dry and pluck off the parsley leaves (see tip) before chopping them finely with a chopping knife or large kitchen knife. Then shake the chives dry and cut them into rolls with the large kitchen knife. Then please peel off the garlic cloves and cut them into fine cubes with the large kitchen knife. Then mix the ingredients with the almond flakes, rinse the lemon with hot water, rub it dry briefly with a clean tea towel and grate the lemon zest into the bowl with a zester or kitchen grater. Then mix the egg substitute with the mineral water in a small bowl (a fork works best) and stir the egg substitute into the larger bowl with the other ingredients before seasoning with herb salt and pepper.

Then bring the water to a boil in a saucepan with some table salt, add the savoy cabbage leaves for 2 - 3 minutes and blanch the leaves in it before you remove them from the water with a slotted spoon and rinse them in another bowl of cold water (so that do not continue to cook the savoy cabbage leaves).

Continuation:

Turkey rolls alternative (vegan)



Now season the Big Steaks with herb salt and pepper, place a savoy cabbage leaf on top, season with nutmeg, spread the herb-almond filling over it and roll up the savoy cabbage leaves before you tie the rolls crosswise with kitchen twine like a packet or enclose with roulade clamps.

Then heat the butasan in a coated pan and fry the roulades in it over medium heat. Then pour in the vegetable broth, put a lid on the pan and stew the roulades over medium heat for about 15 to 20 minutes. After braising, take the roulades out of the pan with a slotted spoon, place them in a casserole dish and keep the roulades warm in the 80 degree oven.

Then rinse the tomatoes with cold water, rub them dry with a clean tea towel, quarter the tomatoes with the large kitchen knife and then cut the tomatoes into cubes. Then put the tomatoes with the Schlagfix in the stock in the pan, let it boil up and thicken the sauce with the flour mixed with margarine.

Finally, take the roulades out of the oven, place them on preheated plates with a slotted spoon, spoon the sauce over the roulades by the tablespoon and serve them to your guests with boiled potatoes, red cabbage and broccoli, for example.

vegan menu suggestions:

Appetizer: enema soup

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=794&t=115861>)

Main course: Turkey roulade alternative (vegan)

Dessert: Chocolate - Ginger - Pudding

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115413>)

Wine recommendation: Grüner Veltliner Steinfeder Ried Hochrain Wachau DAC

White wine

Appropriate for: Poultry

Link: <https://www.vinorama.at/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: Sikkim | SFTGFOP1 2nd Flush Temi

Black Tea | aromatic, flowery, fine cup

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Truthahn Alternative mit Kräuter (vegan)

Menge: 2 Portionen



Füllung:

- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Kästchen Kresse
- 50 Gramm fein gehackte Mandeln
- 1 Knoblauchzehe (eventuell mehr)
- 7 Gramm Ei-Ersatz (von RUF)
- 50 Milliliter Mineralwasser (Medium)
- etwas abgeriebene Zitronenschale (von 1/2 Zitrone)
- etwas Kräutersalz
- etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
- 500 Gramm KoRo | Erbsenprotein Schnitzel
- 8 kleine blanchierte Wirsing- oder Mangoldblätter
- 1 Teelöffel Muskat
- 40 Gramm Butasan (vegane Alternative zu Butterschmalz)
- 1/2 Tasse Gemüsebrühe (vegane)
- 125 Gramm Schlagfix
- 1 - 2 Esslöffel Margarine (vegane)
- etwas weißes Mehl)

Außerdem:

- 1 Tomate

Spülen Sie als Erstes die Petersilie mit kaltem Wasser ab, schütteln Sie sie dann kurz trocken, zupfen Sie die Blätter von den Stängeln (siehe Tipp) und hacken Sie die Petersilienblätter danach mit einem Wiegemesser oder einem großen Küchenmesser klein. Anschließend spülen Sie den Schnittlauch ebenfalls mit kaltem Wasser ab, schütteln ihn kurz trocken und schneiden mit dem großen Küchenmesser feine Schnittlauchröllchen. Nun geben Sie die gehackte Petersilie sowie die Schnittlauchröllchen in eine Schüssel und mischen beide Zutaten mit den Mandeln.

Danach ziehen Sie den Knoblauch ab und schneiden ihn mit dem großen Küchenmesser in kleine Würfel, bevor Sie die Knoblauchwürfel mit in die Schüssel geben. Außerdem spülen Sie die Zitrone mit heißem Wasser ab, reiben sie kurz mit einem sauberen Geschirrtuch trocken und reiben die Schale der halben Zitrone mit einem Zestenreißer oder einer Küchenreibe in die Schüssel. Anschließend füllen Sie den Ei-Ersatz in eine kleine Schüssel und verrühren ihn mit dem Mineralwasser (mit einer Gabel geht das am besten). Dann geben Sie den Ei-Ersatz mit in die größere Schüssel und vermischen ihn mit den anderen Zutaten, bevor Sie den Inhalt der Schüssel mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Fortsetzung:

Truthahn Alternative mit Kräuter (vegan)



Jetzt spülen Sie die Wirsing- oder Mangold-Blätter mit kaltem Wasser ab, schneiden sie überstehende Ränder und schneiden die mit dem großen Küchenmesser in Streifen, bevor Sie sie mit den Erbsenprotein Schnitzel in einer weiteren Schüssel vermischen und mit etwas Kräutersalz, Pfeffer und Muskat würzen.

Danach erhitzen Sie etwas Butasan in ein Kochtopf, braten die Erbsenprotein Schnitzel darin bei mittlerer Hitze goldgelb, decken den Kochtopf dann mit einem Deckel zu und braten den Topfinhalt anschließend etwa 12 bis 14 Minuten braten, bevor Sie ihn mit einer Schaumkelle herausnehmen und in einer Auflaufform im Backofen bei 80 Grad warm stellen.

Nun geben Sie die Gemüsebrühe und das Schlagfix zum Bratenfond in den Kochtopf und reduzieren die Gemüsebrühe bei mittlerer Hitze. Dann geben Sie die mit Mehl vermischte Margarine in den Kochtopf und binden die Soße mit dem Mehl bis sie schön cremig ist.

Anschließend spülen Sie die Tomate mit kaltem Wasser ab, reiben sie kurz mit dem Geschirrtuch trocken, halbieren die Tomate mit dem großen Küchenmesser und schneiden sie in kleine Würfel, bevor Sie die Tomatenwürfel mit zur Soße in den Kochtopf geben. Danach schmecken Sie die Soße mit Kräutersalz und Pfeffer ab.

Nun holen Sie die Erbsenprotein Schnitzel aus dem Backofen, füllen sie mit der Schaumkelle auf vorgewärmte flache Teller und übergießen / nappieren die Schnitzel mit der Soße. Zum Schluss servieren Sie das Gericht Ihren Gästen, zum Beispiel mit Stangenweißbrot und einem Blattsalat.

Unser Tipp:

Wenn Sie sich arbeit ersparen möchten nehmen Sie die Petersilienblätter in die eine Hand, die Petersilienblätter in die andere und drehen beide Hände in entgegengesetzte Richtung (so trennt ein Koch am schnellsten die Blättchen von den Petersilienstängeln).

Fortsetzung:

Truthahn Alternative mit Kräuter (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Feldsalat mit Orangendressing aus Lunden (Dithmarschen, vegan)
(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=833&t=116227>)

Hauptspeise: Truthahn Alternative mit Kräuter (vegan)

Dessert: Orangenpudding mit Schlagfix
(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115436>)

Weinempfehlung: Hutter
Steinfeder Grüner Veltliner Silberbichl

Weißwein

Passend zu: Schweinefleisch, Vegetarische Gerichte, Veganen Gerichten, Geflügel, Magerer Fisch und geräucherten Fleischprodukte

Link: <https://www.vivino.com/DE/de> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: 9 French Earl Grey
Schwarzer Tee | saftige Mango mit Bergamotte

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey alternative with herbs (vegan)



Quantity: 2 servings

Filling:

1 bunch of parsley
 1 bunch of chives
 1 box cress
 50 grams of finely chopped almonds
 1 garlic clove (maybe more)
 7 grams of egg substitute (from RUF)
 50 milliliters mineral water (medium)
 grated lemon zest (from 1/2 lemon)
 some herb salt
 some pepper, fresh from the mill
 500 grams KoRo | Pea protein shreds
 8 small blanched cabbage or chard leaves
 1 teaspoon nutmeg
 40 grams butasan (vegan alternative to clarified butter)
 1/2 cup vegetable broth (vegan)
 125 grams impact fix
 1 - 2 tablespoons margarine (vegan)
 some white flour)

Aside from that:

1 tomato

First, rinse the parsley with cold water, then shake it dry, pluck the leaves from the stalks (see tip) and then chop the parsley leaves with a chopper or large kitchen knife. Then rinse the chives with cold water, shake them dry and cut fine chives with a large kitchen knife. Now put the chopped parsley and the chives in a bowl and mix both ingredients with the almonds.

Then peel off the garlic and cut it into small cubes with the large kitchen knife before adding the garlic cubes to the bowl. In addition, rinse the lemon with hot water, briefly dry it with a clean tea towel and grate the zest of half the lemon into the bowl using a zester or kitchen grater. Then fill the egg substitute in a small bowl and mix it with the mineral water (it works best with a fork). Then put the egg substitute in the larger bowl and mix it with the other ingredients before seasoning the bowl contents with herb salt and pepper.

Now rinse the savoy cabbage or chard leaves with cold water, cut off the protruding edges and cut them into strips with the large kitchen knife before you mix them with the pea protein shreds in another bowl and season with a little herb salt, pepper and nutmeg.

Continuation:

Turkey alternative with herbs (vegan)



Then heat some butasane in a saucepan, fry the pea protein shreds in it over medium heat until golden, then cover the saucepan with a lid and fry the contents of the pot for about 12 to 14 minutes before removing them with a slotted spoon and placing them in a casserole dish keep warm in the oven at 80 degrees.

Now add the vegetable broth and the Schlagfix to the roast stock in the saucepan and reduce the vegetable broth over medium heat. Then put the margarine mixed with flour in the saucepan and thicken the sauce with the flour until it is nice and creamy.

Then rinse the tomato with cold water, briefly rub it dry with the tea towel, halve the tomato with the large kitchen knife and cut it into small cubes before adding the tomato cubes to the sauce in the saucepan. Then season the sauce with herb salt and pepper.

Now take the pea protein shreds out of the oven, fill them with a slotted spoon onto preheated flat plates and pour the sauce over the shreds. To top it off, serve the dish to your guests, for example with white bread and a leaf salad.

Our tip:

If you want to save yourself some work, hold the parsley leaves in one hand, the parsley leaves in the other and turn both hands in opposite directions (this is the quickest way for a cook to separate the leaves from the parsley stalks).

Continuation:

Turkey alternative with herbs (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: lamb's lettuce with orange dressing from Lunden (Dithmarschen, vegan)

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=833&t=116227>)

Main course: Turkey alternative with herbs (vegan)

Dessert: Orange pudding with whipped cream

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115436>)

Wine recommendation: Hutter

Steinfeder Grüner Veltliner Silberbichl

White wine

Suitable for: pork, vegetarian dishes, vegan dishes, poultry, lean fish and smoked meat products

Link: <https://www.vivino.com/DE/de> (unpaid advertising)

Alcohol-free alternative: 9 French Earl Grey

Black Tea | juicy mango with bergamot

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahn Ersatz an Balsamico-Sauce (vegan)



Menge: 2 Portionen

500 Gramm Veganes Geschnetzeltes Hähnchen-Art
etwas Geflügel-Gewürzpulver (von Knorr)
2 Zwiebeln, rot
2 Kartoffeln (festkochend)
500 Gramm Rosenkohl
125 Gramm veganer Speck (zum Beispiel von Vivera)
etwas Kräutersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
1 Schuss Balsamico
1 Esslöffel Margarine
2 Esslöffel Olivenöl
etwas brauner Zucker

Schälen Sie die Kartoffeln, spülen sie mit kaltem Wasser ab, reiben die Kartoffeln mit einem sauberen Geschirrtuch trocken und schneiden sie mit einem großen Küchenmesser in Scheiben.

Danach schneiden Sie mit einem Gemüsemesser die Stielansätze vom Rosenkohl ab, entfernen die äußeren Blätter und schneiden den Rosenkohl kreuzweise mit dem Gemüsemesser ein (damit der Kohl gleichmäßig gart. Anschließend erhitzen Sie etwas Salzwasser in einem Kochtopf und blanchieren den Rosenkohl 2 - 3 Minuten bei mittlerer Hitze. Nebenbei erhitzen Sie eine Pfanne mit etwas Margarine, gießen den Rosenkohl danach durch ein grobes Sieb, lassen ihn gut abtropfen und braten Sie den Kohl danach mit den veganen Speckwürfeln in der Pfanne an. Anschließend ziehen Sie die Pfanne von der Kochstelle, ziehen Sie die Zwiebeln ab und schneiden Sie sie mit einem großen Küchenmesser in feine Scheiben.

Dann nehmen Sie das vegane Geschnetzelte aus der Verpackung, würzen Sie es mit dem Geflügel Gewürz-Pulver und erhitzen 2 Esslöffel Olivenöl in einer weiteren beschichteten Pfanne, bevor Sie das Geschnetzelte darin braten. Anschließend geben Sie die Zwiebelscheiben hinzu, verrühren den Inhalt der Pfanne mit etwas Zucker und verrühren sie danach mit einem Kochlöffel. Nach 1 - 2 Minuten löschen Sie die Zutaten mit dem Balsamico ab, geben die Kartoffeln hinzu und schieben die Pfanne in den Backofen (wenn die Pfanne einen Plastikstiel hat würden wir den Inhalt der Pfanne natürlich in eine Auflaufform geben). Jetzt garen Sie den Fleischersatz im Ofen bei 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze), nehmen das Geschnetzelte anschließend aus dem Ofen und würzen die Zutaten nochmal mit Kräutersalz und etwas Olivenöl.

Fortsetzung;

Truthahn Ersatz an Balsamico-Sauce (vegan)



Nun erwärmen Sie den Rosenkohl nochmal bei mittlerer Hitze, füllen das Geschnetzelte mit den Kartoffel mit einem Holzlöffel (bitte kein Metall, das zerkratzt die Pfanne und die Schwebeteilchen sind krebserregend!) auf vorgewärmte flache Teller und geben den Rosenkohl dazu bevor Sie das Gericht Ihren Gästen servieren.

Unser Tipp:

Hierzu empfehlen wir einen Loibner Grüner Veltliner Steinfeder Weißwein.

vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Blumenkohl - Curry Suppe

(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115884>)

Hauptspeise: Truthahn Ersatz an Balsamico-Sauce (vegan)

Dessert: Vanillepudding mit Früchten

(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115397>)

Weinempfehlung: Weingut Knoll

Loibner Grüner Veltliner Steinfeder

Weißwein

Passend zu: Schweinefleisch, Vegetarische Gerichte, Veganen Gerichten, Geflügel, Magerer Fisch und geräucherten Fleischprodukte

Link: <https://www.vivino.com/DE/de/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: 2 Earl Grey Cream

Schwarzer Tee | frische Bergamotte mit Sahne

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey substitute with balsamic sauce (vegan)



Quantity: 2 servings

500 grams Vegan Sliced Chicken Art
 some poultry spice powder (from Knorr)
 2 onions, red
 2 potatoes (waxy)
 500 grams of Brussels sprouts
 125 grams of vegan bacon (e.g. from Viverra)
 some herb salt
 some pepper, fresh from the mill
 1 dash of balsamic vinegar
 1 tablespoon of margarine
 2 tablespoons olive oil
 some brown sugar

Peel the potatoes, rinse in cold water, pat dry with a clean tea towel and slice with a large kitchen knife.

Then cut off the stalks of the Brussels sprouts with a paring knife, remove the outer leaves and cut the Brussels sprouts crosswise with the paring knife (so that the cabbage cooks evenly). Then heat some salted water in a saucepan and blanch the Brussels sprouts for 2 - 3 minutes on a medium-high heat. Meanwhile, heat a pan with some margarine, then pour the Brussels sprouts through a coarse sieve, drain well and then fry the cabbage with the vegan bacon cubes in the pan. Peel and thinly slice the onions with a large kitchen knife.

Then take the vegan schnitzel out of the packaging, season it with the poultry seasoning powder and heat 2 tablespoons of olive oil in another non-stick pan before frying the schnitzel. Then add the onion slices, mix the contents of the pan with a little sugar and then mix them with a wooden spoon. After 1-2 minutes, deglaze the ingredients with the balsamic vinegar, add the potatoes and put the pan in the oven (if the pan has a plastic handle we would of course put the contents of the pan in a casserole dish). Now cook the meat substitute in the oven at 180 degrees Celsius (top heat/bottom heat), then take the sliced meat out of the oven and season the ingredients again with herb salt and a little olive oil.

Now reheat the Brussels sprouts over medium heat, use a wooden spoon (no metal, please, as this will scratch the pan and the suspended particles are carcinogenic!) to fill the schnitzel with the potatoes onto preheated flat plates and add the Brussels sprouts before serving the dish to your guests.

Our tip:

We recommend a Loibner Grüner Veltliner Steinfeder white wine for this.

Continuation:

Turkey substitute with balsamic sauce (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: cauliflower - curry soup

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115884>)

Main course: Turkey substitute with balsamic sauce (vegan)

Dessert: Custard with fruit

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115397>)

Wine recommendation: Weingut Knoll

Loibner Grüner Veltliner Steinfeder

White wine

Suitable for: pork, vegetarian dishes, vegan dishes, poultry, lean fish and smoked meat products

Link: <https://www.vivino.com/DE/de/> (unpaid advertising)

Alcohol-free alternative: 2 Earl Gray Cream

Black Tea | fresh bergamot with cream

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahnfilet Alternative an Agaven-Sauce (vegan)



Menge: 4 Portionen

4 Veganes Mühlen Filet Typ Hähnchen (je 180 Gramm von der Rügenwalder Mühle)
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
1/2 Teelöffel Kräutersalz
1 Esslöffel Agavendicksaft
2 Esslöffel Pinienkerne
2 Esslöffel vegane Margarine

Außerdem:

etwas Küchenpapier

Agaven-Sauce:

200 Milliliter Gemüsebrühe (vegane)
1 Teelöffel Sojasauce (zum Beispiel aus dem Kikkoman-Sortiment)
2 Esslöffel Agavendicksaft
8 Dörraprikosen
2 Esslöffel kalte Margarine

Nehmen Sie die veganen Filets aus der Verpackung und würzen Sie sie beidseitig mit Pfeffer und Kräutersalz, bevor Sie eine Seite der Filets mit einem Esslöffel Agavendicksaft bestreichen.

Dann füllen Sie die Pinienkerne in eine fettfreie Bratpfanne und rösten sie bei mittlerer Hitze auf einer Kochstelle hellbraun. Danach nehmen Sie die Pinienkerne aus der Pfanne (bitte nehmen Sie dafür niemals ein Löffel aus Metall, das würde die Pfanne zerkratzen und die Schwebeteile sind Krebserregend!) und stellen die Pinienkerne auf einem tiefen Teller beiseite. Danach erhitzen Sie 1 Esslöffel Margarine in der Bratpfanne und braten zuerst die Filets auf der Unterseite etwa 4 Minuten bei mittlerer Hitze an, wenden sie danach und braten die Agavendickseite anschließend 2 - 3 Minuten an.

Danach nehmen Sie die Filets mit einem Pfannenwender aus der Pfanne, geben sie auf flache Teller und stellen den Fleischersatz zum Beispiel im 80 Grad heißen Backofen warm.

Nun tupfen Sie das Bratfett in der Pfanne mit dem Küchenpapier auf und bereiten die Sauce zu:

Dafür geben Sie die Gemüsebrühe in die Bratpfanne und lösen den Bratensatz auf, bevor Sie die Sojasauce und den Agavendicksaft dazugeben, den Dicksaft mit einem Kochlöffel verrühren und auflösen. Anschließend geben Sie bitte die Dörraprikosen mit in die Pfanne, lassen sie 2 - 3 Minuten bei großer Hitze köcheln, nehmen die Aprikosen danach mit dem Kochlöffel oder Pfannenwender heraus und verteilen Sie sie auf den Filets. Anschließend rühren Sie die kalte Margarine flocken weise unter die Flüssigkeit, gießen die Sauce sofort über die Filets und streuen die gerösteten Pinienkerne über das Gericht, bevor Sie die Truthahnfilet Alternative an Agaven-Sauce Ihren Gästen servieren.

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Fortsetzung:

Truthahnfilet Alternative an Agaven-Sauce (vegan)



vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Bad Schwartauer Blattsalat mit Austernpilzen (vegan)
(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=833&t=116244>)

Hauptspeise: Truthahnfilet Alternative an Agaven-Sauce (vegan)

Dessert: Chia-Schokopudding
(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115501>)

Weinempfehlung: Wein von Der Haslinger, Wachau, Österreich
Grüner Veltliner Steinfeder DAC

Weißwein

Passend zu: Antipasti & Brötchen, Ente & Gans, Fisch & Krustentiere, Geflügel, Kalb, Pasta & Pizza, Schwein, Spargel

Link: <https://www.weingrube.com/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Darjeeling | FTGFOP1 1st Flush Lucky Hill
Schwarzer Tee | frisch, aromatisch

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Turkey filet alternative with agave sauce (vegan)



Quantity: 4 servings

4 vegan mill filet type chicken (each 180 grams from the Rügenwalder mill)
some pepper, fresh from the mill
1/2 teaspoon herb salt
1 tablespoon agave syrup
2 tablespoons pine nuts
2 tablespoons vegan margarine

Aside from that:
some kitchen paper

Agave sauce:
200 milliliters vegetable stock (vegan)
1 teaspoon soy sauce (for example from the Kikkoman range)
2 tablespoons agave syrup
8 dried apricots
2 tablespoons cold margarine

Take the vegan filets out of the packaging and season them on both sides with pepper and herb salt before brushing one side of the filets with a tablespoon of agave syrup.

Then put the pine nuts in a fat-free frying pan and toast them on a hob over medium heat until light brown. Then take the pine nuts out of the pan (please never use a metal spoon for this, it would scratch the pan and the suspended particles are carcinogenic!) and set the pine nuts aside on a deep plate. Then heat 1 tablespoon of margarine in the frying pan and first fry the filets on the underside for about 4 minutes over medium heat, then turn them over and then fry the agave thick side for 2 - 3 minutes.

Then take the filets out of the pan with a spatula, place them on flat plates and keep the meat substitute warm in an 80-degree heated oven, for example.

Now dab the frying fat in the pan with the kitchen paper and prepare the sauce:

To do this, put the vegetable broth in the frying pan and dissolve the gravy before you add the soy sauce and agave syrup, stir the syrup with a wooden spoon and dissolve. Then please add the dried apricots to the pan, let them simmer for 2 - 3 minutes over high heat, then remove the apricots with a wooden spoon or spatula and spread them over the filets. Then stir the cold margarine flakes into the liquid, immediately pour the sauce over the filets and sprinkle the roasted pine nuts over the dish before serving the turkey filet alternative with agave sauce to your guests.

Continuation:

Turkey filet alternative with agave sauce (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: Bad Schwartauer leaf salad with oyster mushrooms (vegan)

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=833&t=116244>)

Main course: Turkey filet alternative with agave sauce (vegan)

Dessert: Chia chocolate pudding

(Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115501>)

Recommended wine: Wine from Der Haslinger, Wachau, Austria
Grüner Veltliner Steinfeder DAC

White wine

Suitable for: antipasti & rolls, duck & goose, fish & crustaceans, poultry, veal, pasta & pizza,
pork, asparagus

Link: <https://www.weingrube.com/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: Darjeeling | FTGFOP1 1st Flush Lucky Hill
Black Tea | fresh, aromatic

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Truthahnfilet Alternative an Mostsauce mit Äpfeln (vegan)



Menge: Für 2 Personen

2 Äpfel (Boskop)
50 Milliliter Wasser
10 Gramm brauner Zucker
etwas Zitronensaft von einer halben Zitrone
2 like Chicken Filet(je etwa 180 - Gramm von LIKEMEAT)
etwas Geflügel-Gewürzmischung
1 Esslöffel Dijon-Senf
1 Esslöffel Margarine
50 Milliliter Apfelwein (Most)
50 Milliliter Gemüsebrühe (vegane)
4 Esslöffel Kokosnuss Creme oder Cremefine
etwas Kräutersalz
etwas Cayenne
etwas Currypulver
50 Milliliter Dijon-Senf

Schälen Sie die Äpfel, vierteln Sie sie mit einem und entfernen Sie die Stielansätze sowie das Kernhaus mit einem großen Küchenmesser, bevor Sie die Äpfel in Würfel von etwa 1x1 Zentimeter schneiden. Dann bringen Sie 50 Milliliter Wasser in einem kleinen Kochtopf mit dem braunen Zucker und dem Saft einer halben Zitrone zum Kochen und geben die Apfelwürfel hinein. Nun kochen Sie die Apfelwürfel bitte bei kleiner Hitze weich und ziehen den Kochtopf danach von der Kochstelle.

Danach nehmen Sie die Filets aus der Verpackung, würzen Sie mit der Geflügel-Gewürzmischung, reiben die Filets mit wenig Dijon-Senf ein und erhitzen sie in einer beschichteten Bratpfanne in die Margarine. Anschließend braten Sie die Filets beidseitig bei mittlerer Hitze goldgelb, ziehen die Pfanne danach von der Kochstelle und geben die Filets nun mit einem Pfannenwender auf einen tiefen Teller wo Sie sie mit einem weiteren Teller zugedeckt am Rand der Kochstelle warm halten.

Anschließend schieben Sie die Pfanne wieder auf die Kochstelle, lösen den Bratensatz mit dem Apfelwein (Most) auf und reduzieren die Flüssigkeit bei großer Hitze um mindestens die Hälfte. Danach fügen Sie die Gemüsebrühe hinzu und kochen den Inhalt der Pfanne auf eine Menge von 2 Esslöffel ein. Nun geben Sie die Kokosnuss-Creme oder die Cremefine mit in die Pfanne und ziehen die Bratpfanne wieder von der Kochstelle. Danach würzen Sie die Sauce vorsichtig mit Kräutersalz, einem Hauch Cayenne, einer Messerspitze Currypulver sowie 50 Milliliter Dijon-Senf, verrühren die Zutaten in der Pfanne mit einem Kochlöffel und kochen die Sauce bei mittlerer Hitze zur gewünschten Konsistenz ein.

Continuation:

Truthahnfilet Alternative an Mostsauce mit Äpfeln (vegan)



Anschließend schütten Sie die Apfelwürfel durch ein grobes Sieb, geben sie mit in die Sauce, legen die veganen Filets auf vorgewärmte flache Teller und überziehen den Fleischersatz mit einem Esslöffel der heißen Sauce, bevor Sie das Gericht Ihren Gästen servieren.

vegane Menüvorschläge:

Vorspeise: Kohlrabi-Lauch-Suppe

(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=794&t=115762>)

Hauptspeise: Truthahnfilet Alternative an Mostsauce mit Äpfeln (vegan)

Dessert: Zitronencreme-Pudding

(Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115379>)

Weinempfehlung: Grüner Veltliner Steinfeder Gneis + Löss Wachau DAC

Weißwein

Passend zu: Geflügel und Krustentiere

Link: <https://www.vinorama.at/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Nepal | SFTGFOP1 2nd Flush Golden Maloom
Schwarzer Tee | aromatisch, weich blumig, leichte Tasse

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Unser Tipp:**Currypulver**

Curry entfaltet seinen guten Geschmack übrigens nur, wenn Sie ihn ordentlich erhitzen und etwas rösten. Schieben Sie dafür die Zutaten im Kochtopf am besten mit einem Kochlöffel an den Topfrand, geben Sie den Curry in die Mitte und rösten Sie ihn bei großer Hitze unter gelegentlichem Rühren (nicht schwarz werden lassen) 1 - 2 Minuten an. Danach vermischen Sie die Zutaten bitte wieder mit dem Kochlöffel und bereiten Sie die Suppe weiter wie oben beschrieben zu. Wir verwenden übrigens immer "Gewürzküche Madras"-Curry, Grünes Laos Curry oder Curry-Pulver von Le Gusto aus dem Aldi (unbezahlte Werbung)!

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Turkey filet alternative with cider sauce with apples (vegan)



Quantity: For 2 people

2 apples (Boskop)
50 milliliters of water
10 grams of brown sugar
some lemon juice from half a lemon
2 like chicken filets (each about 180 grams of LIKEMEAT)
some chicken spice mix
1 tablespoon Dijon mustard
1 tablespoon of margarine
50 milliliters apple wine (must)
50 milliliters vegetable stock (vegan)
4 tablespoons coconut cream or Cremefine
some herb salt
some cayenne
some curry powder
50 milliliters of Dijon mustard

Peel the apples, quarter them and remove the stems and core with a large kitchen knife before dicing the apples into 1x1 centimeter cubes. Then bring 50 milliliters of water to a boil in a small saucepan with the brown sugar and the juice of half a lemon and add the diced apples. Now cook the diced apples on a low heat until soft and then remove the saucepan from the hob.

Then take the filets out of the packaging, season with the poultry spice mixture, rub the filets with a little Dijon mustard and heat in the margarine in a non-stick frying pan. Then fry the filets on both sides over medium heat until golden, pull the pan off the hob and place the filets with a spatula on a deep plate where you cover them with another plate and keep them warm on the edge of the hob.

Then put the pan back on the hob, dissolve the roast juices with the apple wine (must) and reduce the liquid by at least half over high heat. Then add the vegetable broth and reduce the contents of the pan to a quantity of 2 tablespoons. Now add the coconut cream or the fine cream to the pan and pull the frying pan off the hob. Then carefully season the sauce with herb salt, a touch of cayenne, a pinch of curry powder and 50 milliliters of Dijon mustard, mix the ingredients in the pan with a wooden spoon and cook the sauce over medium heat to the desired consistency.

Then pour the apple cubes through a coarse sieve, add them to the sauce, place the vegan filets on preheated flat plates and cover the meat substitute with a tablespoon of the hot sauce before serving the dish to your guests.

Continuation:

Turkey filet alternative with cider sauce with apples (vegan)



vegan menu suggestions:

Starter: kohlrabi and leek soup

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=794&t=115762>)

Main course: alternative turkey filet in cider sauce with apples (vegan)

Dessert: Lemon Cream Pudding

(Link: <https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=804&t=115379>)

Wine recommendation: Grüner Veltliner Steinfeder Gneiss + Loess Wachau DAC

White wine

Suitable for: Poultry and crustaceans

Link: <https://www.vinorama.at/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: Nepal | SFTGFOP1 2nd Flush Golden Maloom
Black Tea | aromatic, soft floral, light cup

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Our tip:**curry powder**

Incidentally, curry only develops its good taste if you heat it up properly and roast it

To do this, push the ingredients in the saucepan to the edge of the saucepan, preferably with a wooden spoon, put the curry in the middle and roast it over high heat for 1 - 2 minutes, stirring occasionally (do not let it blacken). Then please mix the ingredients again with the wooden spoon and continue to prepare the soup as described above. Incidentally, we always use spicy cuisine Madras Curry, green Laos curry or curry powder from Le Gusto from Aldi (unpaid advertising)!

Truthahnsteak Alternative mit Fenchel-Apfelsinen Salat (vegan)



Menge: 2 Portionen

150 Gramm Sojawürfel
2 Esslöffel Rapsöl
60 g Ingwerwurzel
4 Zehe/n Knoblauch
2 Chilischoten, rot
12 Esslöffel Rapsöl
4 Esslöffel Sesamöl
8 Teelöffel Currypulver
2 Teelöffel Kurkuma
4 Teelöffel Tafelsalz
1 Prise Pfeffer, frisch aus der Mühle
2 Esslöffel Zitronensaft

2 Fenchelknollen (je 200 Gramm)
2 Apfelsinen (je 150 Gramm)
1 Becher pflanzlicher Joghurt (zum Beispiel Sojajoghurt oder Milram - Vegane Vielfalt)
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
etwas Kräutersalz
etwas Fenchelkraut

Lassen Sie als Erstes die Sojawürfel in einer Schüssel für etwa 10 - 12 Minuten in gekochtem Wasser einweichen.

Nach dem Einweichen gießen Sie die Sojawürfel durch ein grobes Sieb und drücken Sie gut aus, um den Sojageschmack rauszubekommen.

Dann füllen Sie das Rapsöl, die Gewürzen und den Zitronensaft in eine Schüssel, verrühren die Zutaten gut miteinander und reiben die Sojawürfel mit der Beize (siehe Tipp) ein. Anschließend lassen Sie die Sojawürfel etwa 5 Minuten einziehen und braten Sie danach in einer Pfanne mit 2 Esslöffel erhitztem Sesamöl von allen Seiten bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten. Danach ziehen Sie die Pfanne bitte von der Kochstelle und entfernen Sie die oberen Wurzelansätze der Fenchelknolle mit einem Sägemesser (Brotmesser). Werfen Sie das Fenchelgrün aber bitte nicht weg, Sie können es später klein schneiden und prima mit kaltem Wasser abgespült als Dekoration für das Gericht verwenden! Jetzt spülen Sie den Fenchel und das Fenchelgrün mit kaltem Wasser ab, lassen beide Zutaten in einem groben Sieb gut abtropfen und halbieren die Fenchelknollen mit dem Sägemesser bevor Sie den Stielansatz (Strunk) mit einem Gemüsemesser keilförmig ausschneiden. Danach halbieren Sie die halben Fenchelknollen nochmal und schneiden die Knollen sowie das Fenchelgrün mit dem Sägemesser in feine Streifen. Anschließend entfernen Sie die Schale von den Apfelsinen mit einem großen Küchenmesser und filetieren die Apfelsinen (die Filets ausschneiden) mit einem Filetirmesser oder dem Gemüsemesser.

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Fortsetzung:

Truthahnsteak Alternative mit Fenchel-Apfelsinen Salat (vegan)



Danach schmecken Sie den veganen Joghurt mit Pfeffer und Kräutersalz ab und mischen den Fenchel und die Orangenfilets in einer weiteren Schüssel mit dem abgeschmeckten Joghurt.

Zum Schluss erhitzen Sie die Sojawürfel nochmal bei mittlerer Hitze in der Pfanne, füllen sie mit einem Pfannenwender oder einem großen Kochlöffel auf vorgewärmte flachen Tellern, geben den Fenchel-Apfelsinen Salat dazu und garnieren das Gericht mit dem Fenchelgrün bevor Sie es zum Schluss Ihren Gästen servieren.

Unsere Tipps:

Unter Beizen versteht man beim Kochen das Einlegen beziehungsweise das Einreiben eines Lebensmittels.

Veganer Menüvorschlag:

Vorspeise: Bohnen-Suppe mit Kokosmilch für Bad Oldesloe (Kreis Stormarn, vegan)

Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=772&t=115139>

Hauptspeise: Truthahnsteak Alternative mit Fenchel-Apfelsinen Salat

Dessert: Cranachan

Link: <https://forum.Koeche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115498>

Weinempfehlung: Wein von Der Haslinger, Wachau, Österreich
Grüner Veltliner Steinfeder DAC

Weißwein

Passend zu: Antipasti & Brötchen, Ente & Gans, Fisch & Krustentiere, Geflügel, Kalb, Pasta & Pizza, Schwein, Spargel

Link: <https://www.weingrube.com/> (unbezahlte Werbung)

Alkoholfreie Alternative: Darjeeling | FTGFOP1 1st Flush Lucky Hill
Schwarzer Tee | frisch, aromatisch

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unbezahlte Werbung)

Am 28. September ist der Aktionstag Glücksspielsucht. Wer ist gefährdet für eine Glücksspielsucht? <https://www.check-dein-spiel.de/> (unbezahlte Werbung):

Turkey steak alternative with fennel and orange salad (vegan)



Quantity: 2 servings

150 grams of soy cubes
2 tablespoons canola oil
60 g ginger root
4 cloves of garlic
2 chili peppers, red
12 tablespoons canola oil
4 tablespoons sesame oil
8 teaspoons curry powder
2 teaspoons turmeric
4 teaspoons table salt
1 pinch freshly ground pepper
2 tablespoons lemon juice

2 fennel bulbs (each 200 grams)
2 oranges (each 150 grams)
1 cup plant-based yogurt (e.g. soy yogurt or Milram - vegan variety)
some pepper, fresh from the mill
some herb salt
some fennel herb

First, soak the soy cubes in a bowl of boiled water for about 10-12 minutes.

After soaking, pour the soy cubes through a coarse sieve and squeeze well to get the soy flavor out.

Then fill the rapeseed oil, the spices and the lemon juice in a bowl, stir the ingredients well together and rub the soybean cubes with the stain (see tip). Then let the soy cubes soak in for about 5 minutes and then fry them in a pan with 2 tablespoons of heated sesame oil for about 5 minutes on all sides over medium heat. Then please pull the pan from the hob and remove the upper roots of the fennel bulb with a serrated knife (bread knife). But please don't throw away the fennel greens, you can cut them up later and use them rinsed with cold water to decorate the dish! Now rinse the fennel and the fennel greens with cold water, drain both ingredients well in a coarse sieve and halve the fennel bulbs with a serrated knife before you cut out the stalk (stalk) in a wedge shape with a paring knife. Then halve the fennel bulbs again and cut the bulbs and the fennel greens into fine strips with a serrated knife. Then remove the peel from the oranges with a large kitchen knife and filet the oranges (cut out the filets) with a filleting knife or paring knife.

Continuation:

Turkey steak alternative with fennel and orange salad (vegan)



Then season the vegan yogurt with pepper and herb salt and mix the fennel and orange filets in another bowl with the seasoned yogurt.

Finally, heat the soy cubes again in the pan over medium heat, fill them with a spatula or a large cooking spoon on preheated flat plates, add the fennel and orange salad and garnish the dish with the fennel greens before finally serving it to your guests .

Our tips:

When cooking, pickling means inserting or rubbing in a food.

Vegan menu suggestion:

Starter: Bean soup with coconut milk for Bad Oldesloe (Stormarn district, vegan)

Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=772&t=115139>

Main course: Turkey steak alternative with fennel and orange salad

Dessert: Cranachan

Link: <https://forum.Köche-Nord.de/viewtopic.php?f=804&t=115498>

Recommended wine: Wine from Der Haslinger, Wachau, Austria
Grüner Veltliner Steinfeder DAC

White wine

Suitable for: antipasti & rolls, duck & goose, fish & crustaceans, poultry, veal, pasta & pizza, pork, asparagus

Link: <https://www.weingrube.com/> (unpaid advertising)

Non-Alcoholic Alternative: Darjeeling | FTGFOP1 1st Flush Lucky Hill

Black Tea | fresh, aromatic

Link: <https://www.wasserschloss.de> (unpaid advertising)

Index:

Truthahn Alternative Farm Style (vegan), Seite: 03 - 05

Turkey Alternative Farmstyle (vegan), Page: 06 - 07

Truthahn Alternative Mexiko (vegan), Seite: 08 - 09

Turkey Alternative Mexico (vegan), Page: 10 - 11

Truthahn Alternative mit Gewürztraminer (vegan), Seite: 12 - 13

Turkey alternative with Gewürztraminer (vegan), Page: 14 - 15

Truthahn Alternative mit Kastanienfüllung (vegan), Seite: 16 - 18

Turkey alternative with chestnut filling (vegan), Page: 19 - 21

Truthahn Alternative mit Roquefort, veganem Frischkäse und veganer Leberwurst (vegan), Seite: 22 - 26

Turkey alternative with Roquefort, vegan cream cheese and vegan liverwurst (vegan), Page: 27 - 31

Truthahnbrust Alternative "Ungarische Art" (vegan), Seite: 32 - 33

Turkey breast alternative "Hungarian style" (vegan), Seite: 34 - 35

Truthahnbrust Alternative mit Möhren-Zwiebel-Gemüse (vegan), Seite: 36 - 37

Turkey breast alternative with carrots, onions and vegetables (vegan), Page: 38 - 39

Truthahn Frikassee Alternative (vegan), Seite: 40 - 42

Turkey fricassee alternative (vegan), Page: 43 - 45

Truthahn Alternative in Schokoladensauce (vegan), Seite: 46 - 47

Turkey alternative in chocolate sauce (vegan), Page: 48 - 49

Truthahn Krokette Alternative (vegan), Seite: 50 - 51

Turkey croquettes alternative (vegan), Page: 52 - 53

Truthahn-Auflauf mit veganen Bacon (vegan), Seite: 54 - 55

Turkey casserole with vegan bacon (vegan), Page: 56 - 57

Truthahnrouladen Alternative (vegan), Seite: 58 - 60

Turkey rolls alternative (vegan), Page: 61 - 62

Truthahn Alternative mit Kräuter (vegan), Seite: 63 - 65

Turkey alternative with herbs (vegan), Page: 66 - 68

Index:

Truthahn Ersatz an Balsamico-Sauce (vegan), Seite: 69 - 70

Turkey substitute with balsamic sauce (vegan), Page: 71 - 72

Truthahnfilet Alternative an Agaven-Sauce (vegan), Seite: 73 - 74

Turkey filet alternative with agave sauce (vegan), Page: 75 - 76

Truthahnfilet Alternative an Mostsauce mit Äpfeln (vegan), Seite: 77 - 78

Turkey filet alternative with cider sauce with apples (vegan), Page: 79 - 80

Truthahnsteak Alternative mit Fenchel-Apfelsinen Salat (vegan), Seite: 81 - 82

Turkey steak alternative with fennel and orange salad (vegan), Page: 83 - 84

Eine Kochseite von Köche-Nord.de mit Kochforum

www.koeche-nord.de 

Auf [Köche-Nord.de](http://Koeche-Nord.de) vereinen sich Tradition und Moderne. In unserem Kochforum finden Sie die verschiedensten Kochrezepte, Interessierte können sich gerne beteiligen, Beiträge sind jederzeit willkommen. Wir haben schon ca. 38.000 Kochrezepte in unserem Forum Online. Außerdem haben wir einen Gemeindebrief (Newsletter), der Ihnen einmal im Monat die Rezepte der aktuellen Saison aus unserem Forum empfiehlt, einen Saisonkalender und auch einen Kalender für essbare Wildkräuter. Dazu bieten wir außerdem ein kostenloses Lebensmittellexikon (als PDF-Version) zum Download an.

Rezepte aus Hamburg
Rezepte aus Mecklenburg-Vorpommern
Gerichte aus Niedersachsen
Kochrezepte aus Schleswig-Holstein
Spezialitäten aus Bremen
Rezepte aus Burgdorf

Aufstrich
Beilagen Rezepte
Brot Rezepte
Chinesische Rezepte
Desserts, Nachspeisen
Eierspeisen

Eintöpfe, Aufläufe
Exotisches
Flammkuchen
Fischgerichte
Fleischgerichte
Fleischlos glücklich (Christen kochen sich vegetarisch um die Welt)

Geflügelgerichte
Alkoholfreie Getränke
Alkoholische Getränke
Gewürze
Grundlagen, Informationen von den Küchenmeistern

Italienische Küche (Pizza und mehr)
Kartoffel-, Gemüsegerichte
Kamelle
Kuchen, Gebäck, Pralinen
Käsegerichte
Marmeladen

Mehlspeisen, Nudeln
Mellendorfer Rezepte (Wedemark/Raum Hannover)
Mexikanische Rezepte (aus der Wedemark/Raum Hannover)
Menüs
Pasteten, Terrinen
Pilzrezepte
Reisgerichte

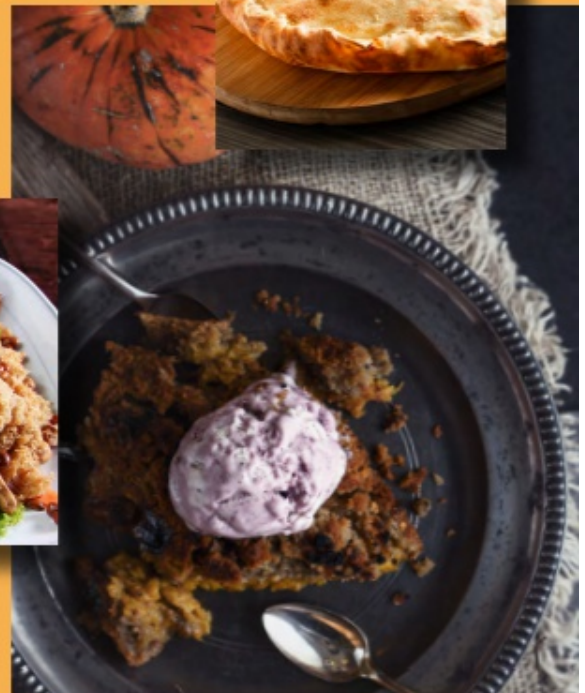
Salate
Saucen, Marinaden
Rezepte aus dem Sauerland (für Friedrich Merz)
Sonstiges
Spanische Rezepte
Syrische Rezepte
Uckermark Rezepte

Vegane Rezepte von www.animalequality.de
Vegetarisches
Vorspeisen, Suppen

Die geheimen McDonalds-Rezepte
Die geheimen Burger King-Rezepte
Fitness-Rezepte (Sport + Rezepte)
Kochen mit Hartz IV
Essbare Wildpflanzen

Chia Samen Rezepte

Unsere kostenlosen Kochbücher finden Sie unter <https://xn--kche-nord-07a.de/kochbuecher.html>



www.koeche-nord.de

 [Koch.Mellendorf/](https://www.facebook.com/Koch.Mellendorf/)

DEINE STIMME DEN STIMMLOSEN

YOUR VOICE TO THE
VOICELESS
(ANIMALPARTEI -
TIERSCHUTZPARTEI.DE)!

Bundesgeschäftsstelle

Fritz-Schumacher-Weg 111
60488 Frankfurt am Main

Telefon: 069 / 76809659
bundesgeschaeftsstelle@tierschutzpartei.de
www.tierschutzpartei.de

