

VESTESSEN



PAPRIKASAUCE

ZUTATEN:

500g Paprika rot, 250g Soja-Drink, je 4 EL Hefeflocken und Sesammus/Tahin weiß, je 2 EL Tomatenmark und Rapsöl, je 1 TL Rauchsatz und Paprikapulver edelsüß, je 1 Prise Paprikapulver rosenscharf, Knoblauchgranulat, Chilipulver und Zucker, 1 kleine Zwiebel



1) Paprika entkernen und waschen, dann in gleichmäßige feine Würfel schneiden



2) Zwiebel häuten, ebenfalls fein würfeln



3) Rapsöl erhitzen und Gemüsewürfel bei mittlerer Hitzezufuhr anbraten, bis diese etwas Farbe bekommen



4) Gemüsewürfel etwas abkühlen lassen, dann mit den restlichen Zutaten in einen Mixbecher/Standmixer geben



5) Gründlich zu einer glatten und sämigen Sauce pürieren, bis alle Stücke weg sind

TIPPS:

Erwärmen: Sauce in die bereits benutzte Pfanne geben und bei niedriger Hitze langsam erwärmen.

Die Sauce passt nicht nur zu allen Arten von Pasta, sondern auch zu Reis, Kartoffeln, Gemüsepflanzen und Linsen, als Dip für Gemüsesticks oder Chips und (etwas gestreckt) als kalte oder warme Suppe.

Anstelle von Sesammus/Tahin weiß kann z.B. auch Mandelmus oder jedes andere Nussmus verwendet werden! Ich verwende am liebsten das extrem „sesammige“ Sesammus/Tahin weiß der Firma SUNTAT.

Wer es noch rauchiger mag, kann anstatt des edelsüßen Paprikapulvers auch geräuchertes Paprikapulver verwenden! Das (und das Rauchsatz) bekommt man z.B. beim Bremer Gewürzhandel.