

Vegetarische Rezepte

Curry Pasteten

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Hauptgericht, Pastete, Vegetarisch

225 g	Vollkornmehl	2 kleine	Geschnittene Knoblauchzehen
100 g	In kleine Stückchen - geschnittene Margari	1/2 Teel.	Currypulver
4 Essl.	Wasser	1/2 Teel.	Gemahlene Kurkuma (Gelbwurz)
2 Essl.	Öl	1/2 Teel.	Gemahlener Kreuzkümmel - (Kumin)
225 g	Gewürfeltes Wurzelgemüse, - wie z. B. Kartoffeln, - Karotten und Pastinaken	1/2 Teel.	Grobkörniger Senf
1 kleine	Gehackte Zwiebel	5 Essl.	Gemüsebrühe Sojamilch zum Glasieren

1. Mehl in eine Rührschüssel geben und Margarine mit den Fingerspitzen einkneten, bis die Mischung Streuseln gleicht. Wasser einrühren und zu einem weichen Teig formen. Einwickeln und 30 Minuten im Kühlschrank kühl stellen.

2. Für die Füllung Öl in einem großen Topf erhitzen. Gewürfeltes Wurzelgemüse und gehackte Zwiebel und Knoblauch dazugeben und unter gelegentlichem Rühren 2 Minuten anbraten. Sämtliche Gewürze einrühren, bis das Gemüse gründlich mit den Gewürzen überzogen ist. Gemüse unter ständigem Rühren 1 Minute weiter braten.

3. Brühe darüber gießen und zum Kochen bringen. Abgedeckt ca. 20 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist und die Flüssigkeit aufgenommen hat. Abkühlen lassen.

4. Teig in 4 Portionen teilen. Jede Portion zu einer 15 cm runden Form ausrollen. Füllung in die Mitte des Teigs geben.

5. Ränder mit Sojamilch bestreichen, dann zusammenfalten und die Ränder fest zusammendrücken. Auf ein Backblech legen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C/ Gas Stufe 6 25 - 30 Minuten backen, bis sie goldbraun sind.

Diese für Vegetarier geeigneten Pasteten sind eine leckere Kombination aus Gemüse und Gewürzen. Sie können heiß oder kalt gegessen werden.