Theresas Lieblingsrezept:

Überbackenes vegetarisches Geschnetzeltes

Zutaten für ca. 3 Personen:

- 300g Soja-Schnetzel (ergibt später ungefähr das doppelte)
- ½ l Gemüsebrühe
- 250g Kräuterfrischkäse
- 3 Sahne
- 250g braune Champignons
- 150ml Weißwein
- 1 – 2 Zehen Knoblauch
- Öl zum Anbraten
- Pfeffer, Salz
- Steaksalz (optional)

Zubereitung:

1. Soja-Schnetzel in Gemüsebrühe ca. 10-15 Minuten einweichen. Anschließend das Soja-Schnetzel ausdrücken, sodass es weniger Wasser enthält.
2. Knoblauch klein hacken, zusammen mit dem Öl in einer Pfanne erhitzen und das Soja-Schnetzel hinzufügen, gut anbraten und mit Salz, Pfeffer sowie Steaksalz anbraten. Aus der Pfanne nehmen und in eine gefettete Auflaufform geben.
3. Die Champignons in Scheiben schneiden sehr heiß anbraten, mit Weißwein ablöschen und ca. 3 Minuten köcheln lassen. Mit Sahne und Kräuterfrischkäse aufgießen und unter Rühren aufkochen lassen.
4. Zum Schluss die „Soße“ über das Geschnetzelte geben und bei 180°C Umluft ca. 30 Minuten im Backofen überbacken.

Hierzu passen wunderbar Spätzle, Semmelknödel und Salat.