

Indisch Veganes Pastinaken Gulasch

Zutaten für 2 Portionen

Als Beilage	
	150g Vollkornreis
Für das Pastinaken Gulasch	
	150g Kartoffeln
	400g Pastinaken
	2 EL Tomatenmark
	1-2 Schalotten
	200g passierte Tomaten
	100g Champignons
	100g saure Gurken
	2 EL (Erdnuss-)Öl
	1 EL Sojasauce
	1 EL Senf
	200ml Gemüsebrühe
	je 1/2 TL Paprika Pulver rosenscharf, edelsüß, geräuchert und Cayenne Pfeffer
	3/4 TL Kreuzkümmel
	etwas Zitronensaft
	etwas Salz und Pfeffer
Zum Toppen	
	evtl. nach Belieben Petersilie, Kresse
	evtl. nach Belieben geröstete Kerne

Zubereitung

1. Wasche, schäle und würfle die Schalotten, die Pastinaken und die Kartoffeln. Putze die Champignons und schneide auch sie und die sauren Gurken klein.
2. Erhitze in einer Pfanne das Öl und röste darin die Schalotten und die Champignons an. Gib das Tomatenmark hinzu und röste es kurz mit. Gib nun auch die Kartoffeln, die Pastinaken und die sauren Gurken dazu.
3. Lösche das Ganze mit den passierten Tomaten und der Gemüsebrühe ab. Würze dein Gulasch mit dem Paprika Pulver rosenscharf, edelsüß und geräuchert, mit Cayenne Pfeffer, Kreuzkümmel, Sojasauce und Senf.
4. Lasse es ca. 20 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln. Schmecke alles nochmal mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer ab und serviere es mit Mochi Reis, Petersilie, Kresse und gerösteten Kernen.