



DNU Veganer Bohnen-Gemüse-Pie

mit Blätterteig und cremiger Sauce



ca. 30min



2 Personen

An einem kalten Abend ist so ein wärmender Gemüse-Pie doch einfach unwiderstehlich lecker! Zudem zeigt sich hier, dass die vegane Küche ebenso vielseitig und sättigend sein kann wie die alten Klassiker. Dank Haferkochcreme, aromatischer Hefeflocken und einer geschmackvollen Kräutermischung sind sowohl Geschmack als auch Textur der herzhaften Gemüse-Bohnen-Füllung mit Pilzen hier „spot on“!

Was du von uns bekommst

- 250g braune Champignons
- 1 Dose weiße Bio-Bohnen
- 1 Karotte
- 200g geschnittener Lauch
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 200ml Haferkochcreme
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 1 Pck. Hefeflocken
- 1 Pck. Blätterteig ¹

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- großer Topf mit Deckel
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1097kcal, Fett 60.7g, Kohlenhydrate 103.5g, Eiweiß 28.4g



1. Gemüse vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die **Karotte** ggf. schälen und in dünne Scheiben schneiden.



2. Gemüse braten

Die **Pilze**, die **Karotten** und den **Lauch** in einem großen Topf mit 1EL Olivenöl und der **Gewürzmischung** bei mittlerer Hitze abgedeckt 3-4Min. garen, bis das **Gemüse** weich wird. Die **Bohnen** zugeben, nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen und 1EL Mehliterrühren.



3. Sauce zubereiten

Das **Gemüse** mit der **Haferkochcreme** und 100-150ml Wasser ablöschen, dann das **Brühgewürz**iterrühren. Abgedeckt einmal aufkochen lassen und noch ca. 5Min. köcheln lassen, bis die **Sauce** leicht eingedickt ist.



4. Pie vorbereiten

Die **Hefeflocken**iterrühren. Die **Gemüse-Bohnen-Füllung** mit Salz und Pfeffer abschmecken und in eine Auflaufform geben.



5. Teig auflegen

Die **Gemüse-Bohnen-Füllung** mit dem **Teig** abdecken. Überstehenden **Teig** abschneiden, in Streifen schneiden und verdrehen, dann am Rand entlang dekorativ auflegen, sodass alle evtl. vorhandenen Lücken geschlossen werden. In der Mitte kreuzweise einschneiden, damit der Dampf entweichen kann.



6. Pie backen

Die **Teigoberfläche** mit Salz und Pfeffer bestreuen und den **Pie** 15-20Min. im Ofen backen, bis der **Teig** goldbraun und schön aufgegangen ist.