



## Veganes Süßkartoffel-„Hähnchen“-Gratin

mit Salat und Kräutermayonnaise



30-40min



3-4 Personen

Dieses Gericht ist bei den Niederländern unter dem Namen „Kapsalon“ bekannt – übersetzt bedeutet das „Friseursalon“! Warum man ein Gericht so nennt? Na, weil einer der Erfinder seinerzeit als Friseur arbeitete. Mal sehen, ob sich der skurrile Name für das köstliche Gericht aus Süßkartoffel und veganem „Hähnchen“ von „The Vegetarian Butcher“, das mit Tomatensalat und Kräutersauce serviert wird, auch bei uns durchsetzen kann.



- 2 Süßkartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Zitronen
- 1 Päckchen getrockneter Oregano
- 2 Packungen vegane Hähnchenschnitzel <sup>6</sup>
- 10g Basilikum & Minze
- 2 Päckchen vegane Mayonnaise <sup>10,12</sup>
- 1 Eisbergsalat
- 2 Tomaten

- Weizenmehl <sup>1</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- 2 Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

**Allergene**  
Gluten (1), Sojabohnen (6), Senf (10), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 596kcal, Fett 31.2g,  
Kohlenhydrate 53.3g, Eiweiß 21.6g



#### 4. Kräutermayo zubereiten

## 2. Pommes backen

## 5. Salat zubereiten

### 3. Veggie-Fleisch verfeinern

## 6. Veggie-Fleisch braten

Das **vegane Hähnchenfleisch** in einer großen Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze 3Min. anbraten, dabei nicht umrühren. Die **veganen Hähnchenteile** einzeln wenden und noch ca. 1Min. braten. Den **Salat**, die **Tomaten** und das **vegane Hähnchenfleisch** auf den **Pommes** anrichten. Mit der **Kräutermayo** garnieren und mit den **Zitronenspalten** servieren.