

Patrick Rosenthal

HEIMATKÜCHE *vegan*

Über 60 Gerichte
von Käsespätzle
bis Apfelkuchen

riva

© 2022 des Titels »Heimatküche vegan« von Patrick Rosenthal (ISBN 978-3-7423-2055-1) by riva Verlag,
Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.m-vg.de



INHALT

- 10 *Vorwort*
- 12 *Vegane Alternativen*
- 21 *Frühstück und Abendbrot*
- 22 Scrambled Tofu
- 24 Leberwurst
- 26 Mettbrötchen
- 28 Frühstücksspeck
- 30 Obazda
- 32 Hafermilch
- 34 Veganer Schmelzkäse
- 36 Bauernfrühstück
- 38 No-Chicken-Blumenkohl-Nuggets
- 40 Leberkäsemmel
- 42 Veganer Lachs
- 44 Rote-Bete-Aufstrich
- 44 Auberginenaufstrich
- 46 Kürbis-Tomaten-Aufstrich
- 48 Eggs Benedict
- 51 *Hauptspeisen*
- 52 Gefüllte Paprika
- 54 Gefüllte Wirsingkugeln mit Couscous
- 56 Cremige Bauernpfanne

- 58 Paprika-Gulasch
- 60 Spaghetti Bolognese
- 62 Reibekuchen
- 62 Apfelkompott
- 64 Käsespätzle
- 66 Semmelknödelauflauf
mit Champignon-Rahm-Soße
- 68 Zwiebelkuchen
- 70 Würstchengulasch
- 72 »Kein Hühner-Frikassee«
- 74 Gyros
- 76 Vegane Currywurst
- 76 Vegane Mayonnaise
- 78 Kartoffelpüree mit Bratensoße
- 80 Pellkartoffeln mit Quark
- 82 Bayrisch Kraut
- 84 Maultaschen

87 *Pflanzliche Schnitzel*

- 88 Schnitzel – der Klassiker
- 90 Wiener Schnitzel
- 92 Tofu-Schnitzel
- 94 Blumenkohl-Schnitzel
- 96 Kohlrabi-Schnitzel
- 98 Jägerschnitzel-Soße
- 100 Paprikasoße ungarische Art

103 *Süßes*

- 104 Milchreis
- 106 Arme Ritter
- 108 Apfelpfannkuchen
- 110 Streusel-Apfelkuchen





- 112 Germknödel mit Vanillesoße und Mohn
- 112 Vegane Vanillesoße
- 114 Banana-Split
- 116 Kaiserschmarrn
- 118 Grießbrei mit Kirschen
- 120 Gefüllte Berliner
- 122 Omas Apfelstrudel

125 *Suppen und Eintöpfe*

- 126 Bohneneintopf
- 128 Omas Wursteintopf
- 130 Erbsensuppe
- 132 »Hühner«-Suppe
- 134 Kartoffelsuppe mit Würstchen
- 136 Schnibbelbohnen-Suppe
- 138 Vegane »Hühnerbrühe«
- 140 Deftiger Linseneintopf
- 142 Kürbissuppe
- 144 Hack-Lauch-Suppe
- 146 Rote-Bete-Suppe

149 *Salate*

- 150 Grüner Bohnensalat
- 152 Eiersalat
- 154 Gurkensalat
- 156 Kartoffelsalat

158 *Zutatenregister*