

Pajeon – koreanische Gemüselaiabchen

Zutaten für das Gemüsebeuschel (3–4 Portionen)

- 2 Karotten
- 2 gelbe Rüben
- ¼ Sellerieknolle
- 2 Stangen Staudensellerie
- 1 Zwiebel, rot
- 3 Kräuterseitlinge
- 3 Essiggurkerln
- ½ Bio-Zitrone
- 75 ml Öl (ich habe Rapsöl mit Buttergeschmack verwendet)
- Estragonsenf
- etwas Weizenmehl zum Binden
- ½ l Gemüsefond
- 60 g pflanzliche Creme fraiche, etwas pflanzliche Kochcreme zum Glattrühren
- 1 Schuss Weißweinessig
- Majoran
- gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer

Zutaten für die Serviettenknödel

- 150 g Semmeln
- 2 EL Speisestärke
- ½ TL Backpulver
- 150 ml Sojadrink ohne Zucker
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- ½ Zwiebel, etwas pflanzliche Margarine zum Anschwitzen
- Petersiliengrün, gehackt



Wurzelgemüse schälen und waschen.

Staudensellerie waschen und gegebenenfalls entfädeln.

Zwiebel abziehen. Mehl, Maisstärke, Salz in eine große Schüssel geben.

Gemüse in sehr feine Streifen schneiden (Julienne) und den Staudensellerie in einer Extraschüssel beiseitestellen. Das Gemüse untermischen.

Pilze putzen und ebenfalls in sehr feine Streifen schneiden.

Zitrone waschen, trocken reiben, Schale fein abreiben und Saft auspressen.

Essiggurkerln sehr fein würfeln.

Zwiebel kleinwürflig schneiden.

50 ml Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel und Kräuterseitlinge darin bei mittlerer Stufe 5 bis 10 Minuten anbraten, eventuell Öl nachgießen.

Essiggurkerln zugeben, etwas Senf einrühren.

Mit Mehl bestäuben, durchrühren, mit Gemüsefond aufgießen.

Karotten, Knollensellerie und Rüben zugeben und alles aufkochen lassen. Gemüse 4 bis 5 Minuten auf mittlerer bis hoher Stufe köcheln lassen, dann den Staudensellerie zugeben, noch kurz köcheln lassen, Majoran zugeben.

Pflanzliche Creme fraiche einrühren, mit Zitronensaft, Zitronenschale, Essig abschmecken. Gehackte Petersilie unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Semmeln in kleine Würfel schneiden.

Speisestärke und Backpulver darüberstreuen und gut vermischen.

Feingehackte Zwiebel in pflanzlicher Margarine anschwitzen.

Sojadrink mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, erwärmen und über die Semmelwürfel geben. Petersilie dazugeben, gut durchmischen und die Masse etwas stehen lassen.

Zu einer Rolle formen.

In Frischhaltefolie gut einschlagen, Enden verknoten und die Folie einige Male einstechen (alternativ: in ein mit Margarine bestrichenes Küchentuch einrollen und Enden zubinden). In einem großen Topf mit siedendem Wasser für ca. 25 Minuten kochen.

In einem gelochten Behälter im Dampfbadofen 35 Minuten bei 99 Grad dämpfen.

Frischhaltefolie entfernen und die Rolle in Scheiben schneiden.

In etwas pflanzlicher Margarine und Öl in einer beschichteten Pfanne auf beiden Seiten goldbraun braten.

Gemüsebeuschel mit Serviettenknödel anrichten