



Die perfekte vegane Bratensoße

⌚ Preparation time: 20 minutes
Cooking time: 45 minutes
Total time: 65 minutes

👤 Portions: 6

Zutaten für eine herrliche, vegane Bratensoße (450 ml für rund 4-6 Personen)

- 2 rote Zwiebeln (ca. 130-140 g)
- 2 Karotten (300 g)
- 3 Scheiben Knollensellerie ohne Rinde (ca. 250 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Lauchstange | nur den hellgrünen Teil
- Eine halbe rote Paprika
- 1 Kartoffel (80 g)
- 2 EL Pflanzenöl
- 1-2 EL dunkle Misopaste
- 3 EL dunkler Balsamico Essig
- 1-2 EL Sojasoße
- Ein Schuss Rotwein (ca. 50 ml) | nur für den Geschmack, kann durch Brühe ersetzt werden
- 0,9 - 1 Liter Gemüsebrühe
- 2-3 Lorbeerblätter
- 3-4 Zweige frischer Thymian
- 5 Pimentkörner
- 6 Wacholderbeeren zerdrückt
- Salz & Pfeffer
- Paprikapulver süß
- 25 g Margarine
- 25 g (Dinkel)mehl type 630

Zubereitung der veganen Bratensoße (20 Minuten Arbeitszeit + 45 Minuten Kochzeit)

1. Zwiebeln ungeschält(!) in zwei Hälften schneiden. Karotten gut waschen und klein schneiden, 3 dicke entrindete Selleriescheiben würfeln. Eine Knoblauchzehe abziehen, 1 Lauchstange (nur das Hellgrüne), eine halbe rote Paprika und 1 Kartoffel gewaschen mit Schale ebenfalls klein schneiden.
2. 2 EL Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelhälften mit der Schnittflächen nach unten anbraten, bis diese richtig schön braun werden. Dann das gesamte (Wurzel)gemüse, den Knoblauch und die Paprikastücke dazu geben und alle Zutaten kurz 3-4 Minuten anrösten.
3. 1-2 EL dunkle Misopaste dazugeben und kurz mitbraten. Zutaten mit 3 EL Balsamico-Essig, 1-2 E Sojasoße und einem Schuss Rotwein (optional) ablöschen. Dann die Gemüsebrühe aufgießen. Lorbeerblätter und Thymianzweige, Pimentkörner und zerdrückte Wacholderbeeren hineingeben und die Zutaten mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Das Gemüse rund 40 Min köcheln lassen.
4. Einen zweiten Topf aufstellen und ein mittel-feines Sieb benutzen: Gekochtes Gemüse und die gesamte Flüssigkeit durch das Sieb in den zweiten Topf gießen. Dabei mit einem Löffel das gekochte Gemüse so gut es geht ausdrücken und durch das Sieb passieren. Dieser Arbeitsvorgang dauert ein wenig. Schabt das Gemüse im Sieb so klein wie möglich und drückt so viel Flüssigkeit durch das sieb, wie es geht. Die ausgedrückten gemüsereste im Sieb in den Biomüll geben. Zurück bleibt die herrliche Soße!
5. Nun in einem weiteren Topf 25 g Margarine Topf schmelzen. Mit einem Schneebesen 25 g Mehl in die flüssige Margarine einrühren und sofort nach und nach die Soße aufgießen. Mit dem Schneebesen kräftig rühren, bis eine reichhaltige, dunkle sämige Soße entsteht. Die vegane Bratensoße nach Belieben mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Sojasoße abschmecken.

Die vegane Bratensoße hält 3-4 Tage im Kühlschrank und kann auch wunderbar eingefroren werden. Sie ist außerdem ein tolles Rezept, um Gemüsereste zu verwerten! Das Rezept für diese leckeren veganen Kartoffelknödel (oder Kartoffelklöße) "halb und halb" findet Ihr [hier](#). Wenn Ihr Lust habt, schaut Euch auch gerne das [Rezept für diesen tollen veganen Weihnachtstbraten](#) an, den Ihr auf dem nachfolgenden Bild seht. Guten Appetit!