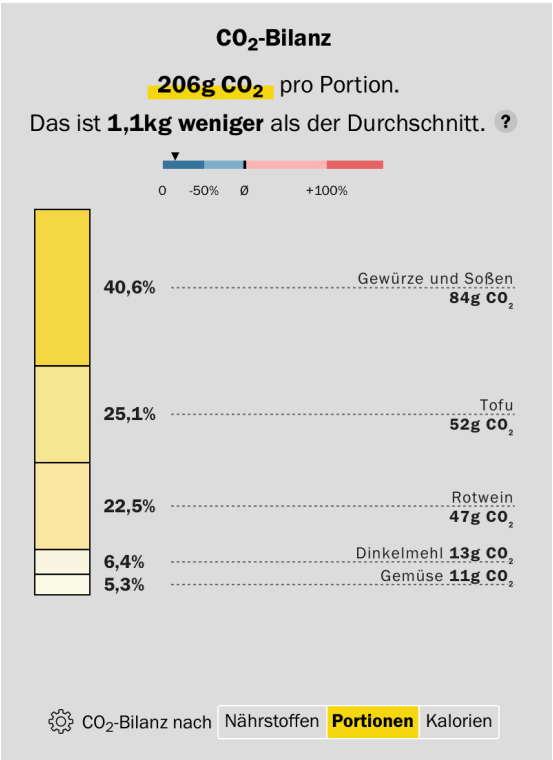
Rouladengulasch

Zutaten:

150 g Soja-Schnetzel
500 ml heiße Gemüsebrühe
1 Zwiebel
6 Gewürzgurken
3 EL Senf und Tomatenmark
3 EL Mehl
200 ml Rotwein
50 ml Gurkenwasser aus dem Glas der Gewürzgurken
2 Nelken und 2 Lorbeerblätter
Agavendicksaft (optional)
Salz, Pfeffer

Zubereitung

1. Soja-Schnetzel mit heißer Gemüsebrühe in einer Schüssel übergießen. 10 min stehen lassen
2. Zwiebeln fein würfeln, Gewürzgurken in Scheiben schneiden
3. Soja-Schnetzel aus der Gemüsebrühe nehmen - aber die Brühe nicht weggießen. Die Soja-Schnetzel kräftig ausdrücken - Flüssigkeit ebenfalls auffangen. Anschließend in einer Schüssel mit Salz, Pfeffer und Senf würzen.
4. In einer geölten Pfanne die Soja Schnetzel scharf anbraten. Zwiebeln und Gewürzgurken hinzugeben, weitere 5min anbraten. Mit Mehl bestäuben, Tomatenmark dazugeben, alles gut vermengen und weitere 3min anbraten.
5. Nun die Gemüsebrühe langsam dazugeben, ebenso den Rotwein und das Gewürzgurkenwasser. Nelken und Lorbeerblatt in einem Gewürzsackerl dazugeben, alles bei kleiner Hitze 15min weiterköcheln lassen.
6. Vor dem Servieren Gewürzsackerl entfernen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je nach Süße etwas Agavendicksaft hinzugeben.