

Seitanschnitzel „Wiener Art“

Angaben für 10 Portionen Hauptgericht

500g	Austernpilze
500g	Kürbisspalten
400ml	Soja- oder Reisdink
30g	Maismehl und etwas Maisstärke
	Prise Kurkuma
20g	Salz
100g	Maismehl
300g	Semmelbrösel/ Pankomehl zum Panieren
200ml	Rapskernöl zum Braten
	Preiselbeeren, Zitrone, Petersilie für die Garnitur

Zubereitung:

Pflanzlichen Drink mit Mehl und Stärke verrühren, Kurkuma und Salz dazu geben.
 Wenn vorhanden- eine Prise Kala Namak Salz zugeben.
 Die Konsistenz ggf. mit etwas Stärke korrigieren.

Austernpilze gründlich trocken tupfen.

Maismehl in einen tiefen Behälter geben und in einen zweiten Behälter die Semmelbrösel vorbereiten.

Pfanne erhitzen und Rapskernöl eingießen.

Austernpilze zuerst in Mehl, dann in dem Panierteig und zuletzt in den Semmelbröseln wenden und andrücken. Goldgelb in dem Rapsöl ausbacken.

Die gebackenen Scheiben auf einem Krepppapier von dem überschüssigen Öl befreien und mit Kartoffelsalat oder Kartoffeln und Gemüse servieren.

Mit Preiselbeeren, Petersilie und Zitronenscheibe garnieren.

Die Panierung kann für alle gängigen Fleischalternativen verwendet werden:

- TVP
- Pilze
- Gemüse
- Tofu