Veganes Riz Casimir mit Sojageschnetzeltes von

Nathalie Straeten

Mengen für 10 Personen

Quelle: www.theluckytofu.com

Tags: Vegan, Laktosefrei, Vegetarisch

1.25 kg Soja Schnetzel (wie geschnetzeltes/Gyros)	Kein Hackfleisch sondern aufgekochtes Sojaschnetzel Geschnetzeltes in etwas Öl ca 2 min braten, herausnehmen und beiseite stellen.
3.0 EL Öl	
125 g Margarine	Margarine im gleichen Kochtopf zergehen lassen.
7.5 EL Mehl	Mehl und Currypulver hinzugeben und bei mittlerer Hitze unter stetigem Rühren 2 min dünsten
10 g Curry	10-12 Esslöffel
1.25 Liter Hafermilch	Hafermilch und Abtropfwasser der Früchte dazugiessen und aufkochen Hitze reduzieren und unter gelegentlichem Rühren köcheln bis die Sauce schön sämig ist.
1.0 dl Wasser	Abtropfwasser der Früchte
10 Stück Ananasscheiben	
10 Stück Pfirsichhälften	
4.0 Stück Bananen (Stk)	Bananen längs und quer halbieren und zusammen mit den Ananas-Scheibe und den Pfirsichhälften in einer Bratpfanne 5 Min braten
750 g Langkornreis	Reis gemäss Packungsangabe kochen
1.0 Prise Salz	Geschnetzeltes zur Currysauce geben und warmwerden lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
1.0 g Pfeffer	