

Kochwerkstatt

GASTRONOMIE NEU ERLEBEN

BBQ-KÖFTE

MIT GUACAMOLE UND
SÜSSKARTOFFEL-COUSCOUSSALAT
(VEGAN)

METRO



Zutaten: (für 10 Personen)

Köfte:

- 800 g The Vegetarian Butcher Raw No Mince
- 40 g Knorr Delikatess-Sauce zu Braten
- 10 g Petersilie, geschnitten

BBQ-Lack:

- 300 ml Hellmann's BBQ Marinade
- 30 ml Knorr Sunshine Chili Chili-Knoblauch-Sauce

Guacamole:

- 5 Avocados
- 150 g Tomaten
- 100 g rote Zwiebeln
- 4 g Chili
- 100 g Hellmann's Vegan Mayo
- 10 g Knorr Salatkrönung Gartenkräuter
- N. G. Limonensaft

Süßkartoffel:

- 1 kg Süßkartoffeln
- 10 g Knorr Professional Würzpaste Ingwer
- N. B. Phase Professional Butter Flavour
- 120 g Knorr Couscous mit Zucchini und Karotten 100 % natürliche Zutaten
- 200 ml Wasser
- 5 g Petersilie
- N. G. Salz
- N. G. Pfeffer

Zubereitung:

Köfte:

Die Raw No Mince auftauen lassen, mit Sauce und Petersilie vermengen und daraus die Köfte formen und grillen.

BBQ-Lack:

Die Marinade mit Sunshine Chili bis zur gewünschten Konsistenz einkochen. Die Köfte auf dem Grill lackieren oder nach dem Grillen lackieren und im Ofen warm halten.

Guacamole:

Die Avocados halbieren, den Kern entfernen und mit der Schale nach unten auf den Grill legen. Die Tomaten, Zwiebeln und Chili klein schneiden und mit Limonensaft und Salatkrönung abschmecken. Die gegrillte Avocado aus der Schale lösen und mit veganer Mayo und Gemüse mischen.

Süßkartoffel:

Die Süßkartoffeln mit 1 g Würzpaste Ingwer und etwas Butter Flavour in Alufolie einwickeln und im Ofen/Grill bei 160 °C ca. 25 Minuten garen. Anschließend auspacken und die Schale entfernen. Den Couscous in Wasser einweichen mit Petersilie abschmecken. Die Süßkartoffeln unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen.



Alle Angebote sind freibleibend.
Verkauf nur an Wiederverkäufer und gewerbliche Verbraucher.

METRO