

Vegane "Gänsekeule" aus Austernpilzen

Zutaten (für 2 Keulen):

Austernpilz-Marinade:

- 3 EL Sojasauce
- ½ TL Beifuß
- ½ TL Kreuzkümmel
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 3 EL Olivenöl
- ½ TL Knoblauchpulver

Außerdem:

- 500 g Austernpilze
- 4 Lagen Reispapier
- 2 EL Speisestärke
- 4 EL kaltes Wasser



Zubereitung:

- Die Austernpilze putzen und in dünne Fäden rupfen. In eine große Schüssel geben. Alle Zutaten der Austernpilz-Marinade miteinander verrühren, über die Austernpilze geben und gut vermischen.
- Die gewürzten Austernpilzfäden in eine Pfanne geben und ca. 8 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Speisestärke mit kaltem Wasser vermischen und zur Pilzmasse in die Pfanne geben. Kurz mit anbraten, bis die Masse zusammenkommt.
- Reispapier mit Wasser befeuchten, bis es weich und biegsam ist. Die Hälfte der Pilzmasse auf das befeuchtete Reispapier legen, ein Stäbchen durch die Mitte der Pilzmasse stechen und das Reispapier von oben nach unten und dann seitlich zusammenfalten. Die Keule in eine zweite Lage feuchtes Reispapier wickeln. Auf ein Backblech legen.
- Alle Zutaten der Marinade in einer kleinen Schüssel verrühren. Die Keulen beidseitig mit der Marinade bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 190 °C (Ober-/Unterhitze) für ca. 20 - 30 Minuten backen.