

Vegane Ravioli mit Pilzfüllung und Knoblauch-Tomaten-Sauce

VORBEREITEN

50
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für die Ravioli

400 g Mehl
1/2 Teelöffel Salz
200 ml Wasser
2 Teelöffel Olivenöl

Für die Pilzfüllung

280 g Champignons
150 g Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Teelöffel Salz
75 g Cashewkerne
120 ml Wasser
1 Esslöffel glatte Petersilie
Olivenöl

Für die Sauce

1 kleine, rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Esslöffel Olivenöl
400 ml Kokosmilch
75 g Cashewkerne
240 ml Wasser
1 Teelöffel Mehl
1/2 Teelöffel Salz
50 g getrocknete Tomaten

Dieses Rezept kommt ganz ohne tierische Produkte aus - und ist äußerst cremig und lecker, Kokosmilch und Cashewmilch sei Dank. Die würzige Sauce mit getrockneten Tomaten passt perfekt zur frischen Pilzfüllung in den kleinen, selbstgemachten Ravioli.

- 1 -

Pilze putzen und klein schneiden. Zwiebeln sowie Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen und klein hacken. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Pilze, Knoblauch, Zwiebeln und Petersilie darin 3-5 Minuten anbraten. Danach in eine Schüssel umfüllen.

- 2 -

In der Zwischenzeit Cashewkerne, Wasser und Salz in einen Standmixer geben und solange mixen, bis eine feine Paste ohne große Nussstückchen entstanden ist. Cashewpaste dann zu den Pilzen in die Schüssel füllen und alles gut miteinander verrühren.

- 3 -

Mehl und Salz in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. In einer kleineren Schüssel Wasser und Olivenöl verrühren und in die Mulde zum Mehl gießen. Zunächst mit einer Gabel das Mehl mit der Wasser-Öl-Mischung vermengen. Dann die Masse auf eine mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben und mit feuchten Händen zu einem glatten Teig kneten. Anschließend einen Ball formen und diesen in Frischhaltefolie wickeln und ca. 10 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

- 4 -

Den Teig in zwei gleichgroße Stücke teilen. Diese mit einem Nudelholz auf einer bemehlten Arbeitsfläche in ca.

Vegane Ravioli mit Pilzfüllung und Knoblauch-Tomaten-Sauce

80 x 15 cm lange Stücke ausrollen.

- 5 -

Dann die Pilzfüllung mit einem Löffel auf eine Nudelplatte geben. Dazu walnussgroße Kleckse so nebeneinander portionieren, dass überall ein Rand von 2 cm geformt werden kann. Anschließend eine kleine Schüssel Wasser an deine Arbeitsfläche stellen und mit nassen Fingern die Ränder des mit Pilzragout gefüllten Nudelstücks anfeuchten. Nun vorsichtig das zweite Nudelstück genau über das befüllte Stück legen und die Ränder leicht andrücken.

- 6 -

Die einzelnen Ravioli mit einem scharfen Messer vorsichtig ausschneiden und mit einer Gabel die typischen Rillen um die einzelnen Ravioli herum formen. Während du die Sauce zubereitest, die Ravioli abdecken und beiseite stellen.

- 7 -

1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und geschälte, fein gehackte Zwiebel und Knoblauchzehe darin für 2-3 Minuten anbraten. Anschließend vom Herd nehmen.

- 8 -

Kokosmilch, Cashewkerne, Wasser, Mehl, Olivenöl und Salz in einen Standmixer geben und zu einer gleichmäßigen Flüssigkeit mixen. Pfanne mit den Zwiebeln und dem Knoblauch zurück auf den Herd stellen, die Kokoscreme hinzugeben und aufkochen lassen. Mit einem Schneebesen gelegentlich rühren und 3-5 Minuten köcheln lassen. Getrocknete Tomaten kleinschneiden und zur Sauce geben. Weitere 2-3 Minuten köcheln lassen. Einen großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Ravioli darin für 6-8 Minuten kochen. Abgießen und mit der Knoblauch-Tomaten-Sauce servieren.