

Knusprige Pilz-Roulade mit Kartoffelcreme und Thymianjus

Diese knusprige Pilz-Roulade ist veganes Comfort Food für besondere Tage. Unter der goldbraunen Kruste steckt eine saftige Füllung aus Pilzen, weissen Bohnen, Spinat und frischen Kräutern. Dazu gibt es samtige Kartoffelcreme und eine intensive Thymianjus. Geröstete Karotten, Pastinaken und rote Zwiebeln bringen Süsse und kräftige Röstaromen auf den Teller. Die unterschiedlichen Texturen machen das Gericht besonders spannend: aussen knusprig, innen saftig und dazu wunderbar cremig. Die Pilz-Roulade lässt sich gut vorbereiten und erst kurz vor dem Essen fertig backen. Damit eignet sie sich auch hervorragend für Gäste oder ein entspanntes Sonntagsessen.

4–6 Portionen | 100 Min. | 18 g Protein | 100% vegan

Zutaten

- 2 vegane Blätterteige (rechteckig, je ca. 275 g)
- 500 g braune Champignons (sehr fein gehackt)
- 240 g weisse Bohnen (gekocht und abgetropft)
- 150 g Babyspinat
- 1 Zwiebel (fein gewürfelt)
- 3 Knoblauchzehen (fein gehackt)
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Dijon-Senf
- 40 g Paniermehl
- 2 EL Petersilie (fein gehackt)
- 1 EL frischer Thymian (Blättchen abgezupft)
- 0.5 TL Muskatnuss (frisch gerieben)
- 1 TL Salz
- 0.5 TL schwarzer Pfeffer
- 3 EL pflanzliche Milch (zum Bestreichen)
- 1000 g mehligkochende Kartoffeln (geschält und grob gewürfelt)
- 120 ml ungesüsste Hafermilch (warm)
- 60 g vegane Butter
- 1 TL Salz (nach Geschmack)
- 250 g braune Champignons (in Scheiben)
- 1 Schalotte (fein gewürfelt)
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 150 ml trockener veganer Rotwein (alternativ zusätzliche Gemüsebrühe)
- 400 ml kräftige Gemüsebrühe
- 2 TL Sojasauce
- 4 Thymianzweige
- 1 TL Speisestärke (mit 1 EL kaltem Wasser verrührt)
- 15 g vegane Butter (kalt)
- 400 g Karotten (in groben Stücken)
- 300 g Pastinaken (in groben Stücken)
- 2 rote Zwiebeln (in Spalten)
- 1 EL Ahornsirup
- 0.5 TL Salz

Zubereitung

- 01 Pilzfüllung kräftig rösten: Olivenöl in einer grossen Pfanne stark erhitzen. Zwiebel und Champignons hineingeben und 8 bis 10 Minuten kräftig braten. Die austretende Flüssigkeit soll vollständig verdampfen. Danach Knoblauch und Thymian kurz mitrösten.
- 02 Füllung fertigstellen: Den Spinat zu den Pilzen geben und zusammenfallen lassen. Anschliessend die Pfanne vom Herd nehmen. Weisse Bohnen grob zerdrücken und mit Pilzmischung, Senf, Paniermehl, Petersilie, Muskat, Salz und Pfeffer vermengen. Die Füllung vollständig abkühlen lassen.
- 03 Rouladen formen: Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Je die Hälfte der Füllung länglich auf einem Blätterteig verteilen. Dabei rundherum etwa 3 cm Rand frei lassen. Danach den Teig eng über der Füllung aufrollen und die Enden gut verschliessen.
- 04 Rouladen knusprig backen: Die Rouladen mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit pflanzlicher Milch bestreichen und die Oberfläche mehrfach leicht einschneiden. Anschliessend 35 bis 40 Minuten goldbraun und knusprig backen.
- 05 Ofengemüse karamellisieren: Karotten, Pastinaken und rote Zwiebeln mit Olivenöl, Ahornsirup, Thymian und Salz vermengen. Das Gemüse neben der Roulade oder auf einem zweiten Blech verteilen. Etwa 30 bis 35 Minuten rösten und zwischendurch einmal wenden.

- 06 Kartoffelcreme zubereiten: Währenddessen die Kartoffeln in Salzwasser weich kochen. Danach gründlich abgiessen und kurz ausdampfen lassen. Warme Hafermilch und vegane Butter zugeben. Alles fein stampfen und mit Muskat und Salz abschmecken.
- 07 Jusbasis rösten: Für die Thymianjus Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Champignons und Schalotte darin kräftig bräunen. Danach das Tomatenmark einrühren und etwa 1 Minute mitrösten.
- 08 Thymianjus reduzieren: Mit Rotwein ablöschen und die Flüssigkeit etwa zur Hälfte einkochen lassen. Anschliessend Gemüsebrühe, Sojasauce und Thymian zugeben. Die Jus 10 bis 12 Minuten offen köcheln lassen.
- 09 Jus vollenden: Die angerührte Speisestärke in die leicht kochende Jus geben. Kurz rühren, bis sie glänzend und leicht gebunden ist. Zum Schluss die kalte vegane Butter einrühren und den Thymian entfernen.
- 10 Roulade ruhen lassen: Die fertigen Pilz-Rouladen aus dem Ofen nehmen und vor dem Anschneiden 8 bis 10 Minuten ruhen lassen. Dadurch bleibt die Füllung stabil und die Scheiben lassen sich sauber schneiden.
- 11 Anrichten: Kartoffelcreme auf vorgewärmte Teller geben. Je zwei bis drei dicke Scheiben Pilz-Roulade daneben anrichten. Anschliessend Ofengemüse ergänzen und die Thymianjus grosszügig um die Roulade verteilen.