

# TEMPEH BOURGIGNON

Schwierigkeit: einfach / ca. 90 Min. Arbeitszeit

Das Voglhaus Café und Kaufhaus am Bodensee zählt zu den Pionieren nachhaltiger Gastronomie. Leckere vegane Speisen, Kuchen und Getränke gehen hier über die Theke, natürlich bio und zusammen mit Infos zur CO<sup>2</sup>-Bilanz. Für unser Weihnachtsmenü serviert Inhaberin und Köchin Martina Vogl ein Tempeh Bourguignon, das seinem Fleischverwandten in nichts nachsteht. Dazu passen [Semmelknödel ohne Ei](#) und Martinas [Blaukraut](#) perfekt.

## ZUTATEN

ca. Für 4 Personen

	Einlegesud (Zutaten siehe unten)
800 gr	Champignons, kleine ganz, große halbiert
100 gr	Rapsöl zum Anbraten
100 gr	Tamari (Sojasaße ohne Weizen, deshlab glutenfrei)
200 gr	Räuchertofu
300 gr	Karotten, geschält und in dicke schräge Scheiben geschnitten
1 EL	Cashew- oder Madelmus
	Salz und Pfeffer
400 gr	Tempeh (mediterran)



## ZUBEREITUNG

Alle Zutaten des Einlegesuds aufkochen, dabei die Gewürze alle in ein Gewürzsäckchen packen und die getrockneten Tomaten und Pilze lose zugeben. Den Sud über die Tempehwürfel gießen. Mindestens 1 Tag, besser mehrere Tage in dem Sud im Kühlschrank ziehen lassen.

Den eingelegten Tempeh abgießen und gut abtropfen lassen. Den Einlegesud komplett auffangen, Gewürzbeutel entfernen.

Champignons in separater Pfanne in Rapsöl anbraten und mit dem Tamari ablöschen. Beiseite stellen.

Die Räuchertofuwürfelchen in Rapsöl scharf anbraten, bis sie richtig knusprig sind. Beiseite stellen.

Die abgetropften Tempehwürfel in einem großen schweren Bräter scharf anbraten. Mit der Hälfte des Einlegesudes ablöschen. Nach Bedarf immer wieder Einlegesud nachgießen.

Karotten zugeben und ca. 30 Minuten köcheln, bis die Karotten bissfest gekocht sind und die Flüssigkeit einreduziert ist.

Von der heißen Soße 2-3 EL abnehmen und mit dem Nussmus klumpenfrei verrühren. Wieder zur Soße geben.

Champignons und Räuchertofu zugeben und ein paar Minuten leicht köcheln lassen.

Eventuell noch abschmecken mit Salz und Pfeffer.

Der passende Wein: [Arctic Rosé feinherb 2020](#), aus der regionstypischen Rotweinrebe Trollinger, feiner Rosé, der eiskalt genossen werden kann.

#### Zutaten für den Einlegesud

- 1 Liter schwerer französischer Rotwein
- 100 ml Portwein
- 50 ml Balsamico dunkel
- 50 g Ahornsirup
- 100 g Zwiebel, geschält und halbiert
- 30 g Knoblauchzehen, geschält, ganz
- 5 g Lorbeerblätter
- 5 g Wacholderbeeren
- 2 g Nelken
- 10 g getrocknete Tomaten
- 10 g getrocknete Steinpilze
- 2 g Majoran, getrocknet
- 2 g Räucherpaprika
- 5 g Pfeffer, gemahlen