

Krautwickel mit veganem Hack-Kürbisfüllung an Apfel-Cranberrie-Chutney



Zeit gesamt
55min



Zubereitungszeit
45min



Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Weißkohl	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Hokkaidokürbis	80 g
Maronen - Kastanien, geschält	60 g
Öl	3 EL
Balsamicoessig, hell	3 EL
Vemondo veganes Hack	275 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Gemüsebrühe	300 ml
Äpfel, rot	2 St.
Ingwer, frisch	10 g
Balsamicoessig, dunkel	100 ml
Cranberries, getrocknet	80 g
Zucker	50 g
Chili, gemahlen	
Kardamom, gemahlen	

Zubereitung

1. Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Weißkohl hineinlegen und ca. 8 Min. kochen. Vorsichtig herausheben. 4 große Blätter vom Weißkohl ablösen, zurück ins kochende Wasser geben und ca. 5 Min kochen. Weißkohlblätter eiskalt abschrecken, flach drücken und Mittelstrunk herausschneiden.
2. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Hokkaidokürbis schälen, halbieren, entkernen und fein raspeln. Maronen grob hacken. In einer großen Pfanne 1 EL Öl bei mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Kürbisraspel und Maronen zugeben und mit hellem Balsamicoessig ablöschen. In einer großen Schüssel mit Vemondo veganes Hack und Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Weißkohlblätter auslegen. Dann Füllung auf das obere Drittel der Weißkohlblätter verteilen. Blätter an den Seiten einschlagen, zu einer Roulade aufrollen und mit Küchengarn umwickeln. In einer weiteren Pfanne 2 EL Öl bei mittlerer Stufe erhitzen. Rouladen von beiden Seiten anbraten und mit Gemüsebrühe ablöschen. Bei geschlossenem Deckel ca. 15 Min. schmoren lassen.
4. Währenddessen Äpfel schälen, halbieren, entkernen und würfeln. Ingwer schälen und fein würfeln. In einem Topf dunklen Balsamicoessig, Apfelwürfel, Cranberries und Ingwer auf mittlerer Stufe zum Kochen bringen und ca. 10 Min. köcheln lassen.
5. Zucker, Chili und Kardamom zum Chutney geben und bei niedriger Stufe ca. 10 Min. köcheln lassen, bis das Chutney eingedickt ist. Chutney mit Krautwickeln auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen gebratene vegane Spätzle.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	543 kcal
Kohlenhydrate	83 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	18 g