



## Vegane Pinkel

mit klassischem Grünkohl



Zutaten für 2 Personen:

**Kohl** Die Zutaten für die Pinkel alle in einen Mixer geben, abschmecken und quellen lassen.

500 g Grünkohl

1 Zwiebel

200 g Räuchertofu

1 EL Margarine

Salz

In der Zwischenzeit den Grünkohl gründlich waschen, die übrigen Stiele entfernen und die Blätter grob zerpfücken. Margarine in einer tiefen Pfanne zerlassen, Zwiebel und in feine Würfel geschnittenen Tofu hineingeben und anbraten.

**Pinkel**

100 g Hafergrütze

(wenn nicht vorhanden:

Haferflocken)

60 g weiße Bohnen aus der Dose

100 g Zwiebel Schmelz

1/2 TL geräucherte Paprika

Pulver

Salz

Pfeffer

Teefilter Papier

Dann den Kohl zugeben und bei geschlossenem Deckel garen. Gelegentlich umrühren, würzen und abschmecken. Etwa 80 ml Wasser zufügen.

Die Pinkel- Masse in 4 Portionen teilen und zu kleinen „Würsten“ formen. Die „Würste“ in die jeweils einen Teefilter geben und diesen zu drehen.

Wenn der Kohl nach etwa 30 Min gut zusammengefallen ist, die „Würste“ auf den Kohl legen und bei geschlossenem Deckel mit garen.

**Außerdem**

6 Kartoffeln

In der Zwischenzeit die Kartoffeln garen und schließlich alles zusammen servieren.