

# Verwegen vegan kochen

## Orzotto mit gegrilltem Spargel und Gewürzöl

Zutaten (für 4 Personen)

Für das Orzotto

250 g Orzonudeln (Risoni)  
 (alternativ Perlgraupen)  
 1 Schalotte  
 1 Knoblauchzehe  
 150 ml Weißwein  
 700 ml Gemüsebrühe  
 150 g Erbsen  
 1 Limette (Abrieb)  
 4 EL Hefeflocken  
 2 EL vegane Butter oder Olivenöl  
 Salz  
 Pfeffer  
 12 Stangen grüner Spargel

Für das Gewürzöl

150 ml Sonnenblumenöl  
 1 Schalotte  
 2 Knoblauchzehen  
 10 g Ingwer  
 ½ rote Chilischote  
 1 Sternanis  
 1 TL Chiliflocken  
 1 ½ TL Sichuan-Pfeffer-Körner  
 2 TL Tomatenmark  
 1 TL schwarzer Sesam  
 1 TL weißer Sesam  
 Salz  
 2 EL Sojasauce

Benötigte Utensilien:

Scharfes Küchenmesser  
 Schneidebrett  
 feine Reibe  
 2 kleine Töpfe  
 mittlerer Topf  
 Grillpfanne  
 (alternativ geht auch eine normale)  
 Mörser

Tauche ein in aromatische Geschmackswelten, lerne kreative Rezepte und erlebe, wie einfach es ist, köstliche vegane Gerichte zuzubereiten. In diesem Kurs wartet ein sommerliches Orzotto mit gegrilltem Spargel auf den verwöhnten Gaumen. Zum Dessert gibt es einen süß würzigen Erdbeersalat mit grünem Pfeffer.

### Rezept

Das Rezept erhalten Sie in unserem Onlinekochkurs.

Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmer\*innen aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es:

Zusammen isst man weniger allein.

Eine Anmeldung gilt für einen Haushalt.

Ihre Reiseleiterin an diesem Abend ist Christin Maiwald aus der vhs Leipzig

Freitag, 07.06.2024; 18 bis ca. 19:30 Uhr (2 UE)

Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr

Kosten: 15 EUR

# Verwegen vegan kochen

## Erdbeersalat mit grünem Pfeffer

### Zutaten (für 4 Personen)

400 g Erdbeeren, gewaschen  
1 - 2 EL Zucker  
100 g Alsan  
200 ml Orangensaft  
100 ml Grand Marnier  
(Alternativ: Cointreau / Triple sec  
2 Zweig(e) Rosmarin  
2 Teelöffel Pfeffer, eingelegt grün

### Benötigte Utensilien:

Scharfes Küchenmesser  
Schneidebrett  
1 kleiner Topf

Tauche ein in aromatische Geschmackswelten, lerne kreative Rezepte und erlebe, wie einfach es ist, köstliche vegane Gerichte zuzubereiten. In diesem Kurs wartet ein sommerliches Orzotto mit gegrilltem Spargel auf den verwöhnten Gaumen. Zum Dessert gibt es einen süß würzigen Erdbeersalat mit grünem Pfeffer.

### Rezept

Das Rezept erhalten Sie in unserem Onlinekochkurs.

Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmer\*innen aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es:

Zusammen isst man weniger allein.

Eine Anmeldung gilt für einen Haushalt.

Ihre Reiseleiterin an diesem Abend ist Christin Maiwald aus der vhs Leipzig

Freitag, 07.06.2024; 18 bis ca. 19:30 Uhr (2 UE)

Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr

Kosten: 15 EUR