

AINESOSAT

1 paketti Hälsans Kök Sensational
Sausage kasvismakkaraita

800 g bataattia, kuorittuna ja kuutioina

250 g rucolaa

400 g punasipulia, kuorittuina ja
leikattuina puolirenkaiksi

2 valkosipulinkynttä

100 ml kasvislientä

1 rkl sinappia

1 rkl soijakastiketta

kasvipohjaista öljyä



Tiesitkö, että kasvismakkarasta saa hyvin montaa erilaista reseptiä. Me Hälsans Kökillä suosittelemme esimerkiksi bataatteja ja sipusinappikastiketta rinnalle. Kokeile ja ihastu!

VALMISTUS

1. Keitä bataatit

Laita runsas määrä vettä kiehumaan bataatteja varten ja lisää ripaus suolaa keitinveeten. Keitä bataatteja noin 15 minuuttia.

2. Karamellisoï sipulit

Lämmitä öljy pannulla, lisää sipulirenkaat ja valkosipuli ja paista miedolla lämmöllä kunnes sipulit alkavat karamellisoitua.

3. Valmista kasvismakkarat

Valmista Hälsans Kök Sensational Sausage kasvismakkarat pakkauksessa olevien ohjeiden mukaisesti.

4. Valmista pyree

Kaada vesi pois bataateista ja lisää halutessasi nokare voita ja soseuta bataatit tasaiseksi pyreeksi. Lisää rucola ja sekoita.

5. Valmista kastike

Siirrä sipulit pois liedeltä ja lisää kasvisliemi, sinappi ja soijakastike.

6. Tarjoile ateria

Anna kastikkeen kiehua, kunnes siinä on haluttu paksumpi koostumus. Leikkaa makkarat viipaleiksi ja tarjoile sipulikastikkeen ja muhennoksen kanssa.

LÖYDÄ LISÄÄ RESEPTJÄ HALSANSKOK.FI