

Vegane Taler für den Hund

1 Tagesportion für einen 15kg Hund

Das Sojabohnen kleine Allrounder in der Küche sind, ist schon lange kein Geheimnis mehr. Doch nicht nur in Form von Tofu oder anderen Sojabohnenprodukten, sondern auch in diesem Rezept schafft sich die kleine Bohne ihren festen Platz im Speiseplan. In China ist Soja schon seit ungefähr 5.000 Jahren eines der bedeutsamsten Grundnahrungsmittel und wird als „heiliges Korn“ bezeichnet. Vergleichsweise spät macht sich die Sojabohne in Europa ab dem 20. Jahrhundert einen Namen. Bis heute gilt sie als eine der wichtigsten Nutzpflanzen der Welt und wird über Europa hinweg angebaut. Auch in Deutschland findet Sojaanbau statt und hat somit keine langen Transportwege.

Zutaten

- 320g gekochte Sojabohnen
- 150g Sellerie
- 80g Vollkorn-Roggenbrot
- 15g Haferflocken
- 1 Handvoll Petersilie
- Würz-Hefeflocken
- etwas Bohnenkraut
- 10g Margarine
- 13g Rapsöl
- 0,5g Salz
- 6g AniCanis Bio Vital Mix - 2g je 5kg Hund

Zubereitung

1. Als erstes werden die Sojabohnen in einem Topf über Nacht oder über mehrere Stunden in Wasser eingeweicht. Wer Hülsenfrüchte selbst kocht, braucht zwar etwas Geduld beim Kochprozess, spart dafür aber Geld und Verpackung.
2. Ist der nächste Morgen angebrochen, einmal abgießen und den Topf mit den Sojabohnen mit frischem Wasser befüllen. Etwas Bohnenkraut für eine bessere Verdaulichkeit hinzufügen und die Bohnen weich kochen.
3. Während die Bohnen kochen, geht es mit dem Sellerie weiter. Dieser wird zunächst geschält und in Scheiben geschnitten. Mit etwas Wasser werden die Selleriescheiben ca. 6 Minuten schonend gegart. Bei diesem Schritt hilft ein Dampfeinsatz, aber keine Sorge, wenn ihr keinen besitzt, dann klappt es natürlich auch ohne.
Durch das Erhitzen vom Sellerie beginnt es zu duften und es darf schon ein Stückchen probiert werden, um zu testen, ob die Scheiben schon weich gekocht sind.
Den gegarten Sellerie abkühlen lassen.
4. Während das Gemüse abkühlt, das Brot in Scheiben schneiden und mit der Margarine bestreichen. Die Scheiben schließlich in Stückchen schneiden. Der Geruch von frischem Brot nimmt den Raum ein. Du darfst auch zwischendurch selbst Stückchen schnabulieren.
5. Wenn die Sojabohnen fertig gekocht sind werden sie abgossen und müssen dann auskühlen.
Sobald dies geschehen ist, geht es ans Zerkleinern. Hier ist etwas Armarbeit gefragt, wenn der Prozess per Hand mit einer Gabel erfolgt, aber eine kleine Küchenhilfe, wie eine Moulinette oder ein Pürriergerät, erleichtert die Arbeit und zerstückelt die kleinen Bohnen im Nu.
6. Weiter geht es mit der Petersilie, die zuerst gewaschen und im Anschluss in kleine Stücke gehackt wird.
Die gehackte Petersilie wandert nun zu den zerkleinerten Sojabohnen und die Mischung wird mit dem Öl, Salz, Hefeflocken und AniCanis Bio Vital Mix ergänzt.
7. Die Haferflocken können Stück für Stück dazugegeben werden. Ist die Masse etwas zu klebrig, einfach etwas mehr Haferflocken verwenden, da diese zum Andicken gedacht sind und den Nocken ihre Form verleihen. Ist die Sojabohnenmischung jedoch zu trocken, dann kann ein kleiner Schuss Wasser schon ein kleines Wunder bezüglich der Konsistenz bewirken.
8. Jetzt können die Nocken geformt werden. Das sieht auf den ersten Blick vielleicht komplizierter aus, als es ist. Mithilfe von zwei Esslöffeln wird der Teig abgestochen und in Form gepresst. Einfach gut zudrücken und mit ein bisschen Übung ist der Schritt blitzschnell erledigt.
9. Und schon können die Nocken zusammen mit den bestrichenen Brotstücken und den abgekühlten Selleriescheiben im Napf angerichtet werden.
Fertig ist das Gericht und es kann sich gemütlich gemacht werden.

Guten Appetit!

Quelle (leicht abgeändert): vegan4dogs.com