

DUNKLE SOÛE

Material und Zutaten für 50 Leute

- • Brenner und 10 L - Topf
 - • Schneebesem
 - • 500 ml Öl
 - • 2 kg Zwiebeln, kleingeschnitten
 - • 1 Knolle Knoblauch, gehackt
 - • 500 g Mehl
 - • 125 g Tomatenmark
 - • 6 L Sojamilch oder Gemüsebrühe
 - • 250 ml Sojasoße
 - • 20 g Pfeffer
 - • 30 g Salz

2. Verfeinern:

2 kg angebratenes Gemüse wie Champignons, Zucchini, Paprika, insg.
150 g optionale Gewürze: süße Paprika, Majoran, Thymian.

Zubereitung

1. Öl erhitzen und kleingeschnittene Zwiebeln (optional Gemüse) rösten, bis alles schön braun ist.
2. Knoblauch und Tomatenmark hinzugeben, weiterrösten.
3. In den Öl-Zwiebel-Tomaten-Sud das Mehl unter Rühren einstreuen, bis es sich zu einer cremigen Masse verbindet.
4. Dann Sojamilch oder Gemüsebrühe (kalt) dazugeben und weiterrühren, bis alles aufkocht.
5. Kochen, bis die Soße dicker wird. Mit Sojasoße, Salz und Pfeffer abschmecken.

SPEZIALTIPP:



21 Zum Andicken Brotkrumen dazugeben und mitkochen!



Version #1

Erstellt: 2026-05-07 17:40:14 UTC von sasha

Zuletzt aktualisiert: 2026-05-07 17:40:34 UTC von sasha