Seitanwurst - Aufstrich

Credits: AJUCA Küchencrew 2025

Zutaten:

Zutaten	Menge (50)	Menge (100)
Gluten	2 kg	4 kg
Wasser	1,5 L	3 L
Öl	300 mL	600 mL
Tomatenmark	100 g	200 g
Senf	50 g	100 g
Sojasoße	50 mL	100 mL
Knoblauch	1 Knolle	2 Knollen (100 g)
Kidney Bohnen	1 Dose	2 Dosen
Brühe	60 g	120 g
Pfeffer	30 g	60 g
Majoran	50 g	100 g
Oregano	50 g	100 g
Paprika, geräuchert	20 g	40 g
Paprika, süß	20 g	40 g
Curry	20 g	40 g
Cumin	20 g	40 g
Koriander	20 g	40 g

Zubereitung:

1. Glutenmehl mit allen trockenen Zutaten, also den Gewürzen, gut mischen. (Der Teig wird sehr zäh und lässt sich, einmal mit Wasser vermengt, nicht mehr nachwürzen, also müssen die Gewürze schon vorher in den Teig!)

2. In einem anderen Gefäß alle flüssigen Zutaten verrühren: also Wasser, Öl, Tomatenschlonz, Sojasauce. Knoblauch und Kidneybohnen mit dem Pürierstab gemeinsam kleinhäxeln und ebenso in Flüssig-Gefäß packen. Abschließend einmal mit dem Mixstab durchpürieren.
3. Nun in das Glutenmehl eine kleine Mulde machen und die Öl-Wasser-Mischung unter Rühren langsam hinein kippen. Danach kneten, bis ihr eine zähe Masse habt.
4. Einmachgläser heiß auswaschen.
5. Wursteln: Formt Würste aus dem Teig und gebt diese in Einmach-Gläser stopfen, Deckel fest zu und darin kochen. (Vorsicht vor eventuellen Kleberückständen von Etiketten, der Kleber löst sich durch das Kochen manchmal und macht die Gläser überall kleberig.)
6. Kochen: Die Gläser in Wasser 1 Stunde kochen.
7. Anschließend Gläser aus Wasser entfernen (! Heiß), abkühlen lassen. Abgekühlt im Kühlcontainer lagern.
8. Zum Frühstück Seitanwurst aus Einmachglas holen und in dünne Scheiben vorschneiden und so auf Teller/Platte zum Frühstücksbuffet stellen.

TIPP: Solltet ihr keine Geduld für die Gläser haben, nutzt wirklich Alufolie und schlagt die Würste mit 2-3 Sheets Alufolie ein. Zusätzlicher Tipp für kalte Nächte: Zurückbleibendes heißes Wurstwasser kann prima als Wärmflaschenfüllung agieren.

Version #1
Erstellt: 2026-05-14 09:15:59 UTC von jona
Zuletzt aktualisiert: 2026-05-14 09:16:17 UTC von jona