

# VALENTINS TAG

*Vegane Menü-Idee*



## VORSPEISE

Rote-Bete-Carpaccio  
mit Blutorange & Käseherzen

## HAUPTGERICHT

Herzförmige Ravioli mit aromatischer  
Knoblauchbutter

## DESSERT

Mousse au Chocolat  
mit feinem Himbeerpüree



Jessica Klein  
@diewurzelallesguten  
[www.diewurzelallesguten.de](http://www.diewurzelallesguten.de)

# Rote-Bete-Carpaccio mit Blutorange & Käseherzen

2 Portionen



## Zutaten

---

1 Blutorange	15 g weiche Margarine
1 Rote Bete, gekocht	1 Scheibe Vollkorntoast
2 EL Olivenöl	40 g Seidentofu
2 EL Kräuternessig	40 g veganer Reibekäse
1 TL Agavendicksaft	60 g Paniermehl
1 TL Senf	Öl zum Braten
Salz, Pfeffer	2 Salatblätter

## Zubereitung

---

1. Blutorange und Rote Bete in dünne Scheiben schneiden und abwechselnd auf zwei Tellern anrichten.
2. Dressing aus Öl, Essig, Agavensirup und Senf anrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über das Carpaccio träufeln.
3. Toast bröseln und mit Butter, Tofu und Käse verkneten. Salzen und pfeffern. 30 Minuten ruhen lassen.
4. Mithilfe eines Herz-Ausstechers zwei Herzen formen und in Paniermehl wenden.
5. In reichlich Öl goldbraun braten.
6. Auf dem Carpaccio mit einem Salatblatt anrichten.

# Herzförmige Ravioli mit aromatischer Knoblauchbutter

2 Portionen



## Zutaten

---

200 g Mehl	Vegane Bolognese-Soße
100 ml Wasser	30 g Butter
1 EL Olivenöl	1 Knoblauchzehe
1/2 TL Salz	Salz, Pfeffer
	Veganer Parmesan-Ersatz

## Zubereitung

---

1. Mehl, Wasser, Olivenöl und Salz verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und 45 Minuten kalt stellen.
2. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Mithilfe eines Herz-Ausstechers Herzen ausstechen.
3. Auf die Hälfte der Herzen einen Klecks Bolognese-Soße geben und ein anderes Herz darauflegen. Mit einer Gabel die Ränder festdrücken.
4. Ravioli portionsweise in kochendem Salzwasser garen, bis sie an die Oberfläche kommen. Herausnehmen und abtropfen lassen.
5. Butter in einer Pfanne zerlassen. Zerdrückte Knoblauchzehe dazugeben und die Ravioli darin kurz schwenken. Salzen und pfeffern und mit Parmesan servieren.

# Mousse au Chocolat mit Himbeerpüree

6 Portionen



## Zutaten

---

400 g Seidentofu oder 150 ml Aquafaba  
150 g Zartbitterschokolade  
Ahornsirup zum Süßen (optional)  
200 g TK-Himbeeren

## Zubereitung

---

1. Zartbitterschokolade im Wasserbad schmelzen.
2. Seidentofu glatt pürieren bzw. Aquafaba steif schlagen.
3. Schokolade unter ständigem Rühren untermischen.
4. Nach Belieben süßen.
5. In Förmchen füllen und 3 Stunden kalt stellen.
6. Himbeeren unter Rühren erhitzen. Pürieren und über die Mousse au Chocolat geben. Servieren.