

Schmalz mit Zwiebeln

Dieses vegane "Schmalz" schmeckt einfach 'tierisch' gut, ist schnell hergestellt und hält sich monatelang.

Zutaten:

Für 1 Schraubdeckelglas (ca 250 g Schmalz)

80 g	Pflanzenfett
80 g	Kokosfett (z.B. Palmin)
80 ml	Pflanzenöl (z.B. Sonnenblumenöl)
2 EL	Röstzwiebeln



Das feste Pflanzenfett (einfaches Pflanzenfett zum Frittieren oder vegane "Alsan"-Margarine) in einem Kochtopf so erhitzen, dass es flüssig wird.

(Wenn man eine geschälte und in kleine Würfel geschnittene Zwiebel selbst anbraten will, dann kann man sie in das Pflanzenfett geben, die gekauften Röstzwiebeln haben aber 'mehr Biss'.)

Das Kokosfett mit in den Topf geben, erhitzen und den Topf vom Herd nehmen.

Die fertig gekauften Röstzwiebel in eine Klarsichtfolie oder einen Gefrierbeutel geben und auf

der Tischplatte mit der Hand so zerdrücken, dass man ganz kleine Zwiebelstückchen erhält. Das geht auch gut mit der Breitseite eines großen Küchenmessers.

Das Pflanzenöl dazugießen, alles umrühren und ca. 1 bis 2 Stunden so weit abkühlen lassen, dass sich die Zwiebelstückchen im Schmalz gut verteilen und nicht wieder zu Boden sinken.

Das Schmalz in ein Schraubdeckelglas füllen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Im Kühlschrank hält sich das Schmalz mehrere Monate.

Variationen:

Man kann das Schmalz bereits leicht pfeffern und salzen.

Zusätzlich zu den Zwiebeln kann man auch 3 - 4 Esslöffel kleine Apfelstückchen beimischen, die ca. 5 Minuten in dem flüssigen Pflanzenfett geröstet worden sind.

Auch kleingeschnittene getrocknete Tomatenstückchen passen gut in das Schmalz.



Zubereitungszeit

10 Min.
vegan