

Vegane Remoulade mit Kichererbsen (holländischer Stil)

Zutaten

- 1 Dose Kichererbsen (240 g Abtropfgewicht)
 - 2–3 EL Gurkenwasser oder milder Weißweinessig
 - 2 EL Raps- oder Sonnenblumenöl
 - 1 TL Senf (mild)
 - 1 kleine Gewürzgurke, sehr fein gehackt
 - 1–2 TL Kapern, fein gehackt (*optional, aber sehr typisch*)
 - 1–2 EL frische Kräuter: Dill & Petersilie (oder TK)
 - ½ TL Zucker oder Agavendicksaft
 - Salz nach Geschmack
 - optional: 1 EL pflanzlicher Joghurt oder Hafercuisine (für Extra-Cremigkeit)
-

Zubereitung

1. **Basis pürieren**
Kichererbsen abspülen und mit Gurkenwasser, Öl, Senf und Zucker **sehr fein pürieren**, bis eine glatte, cremige Masse entsteht.
 2. **Einrühren**
Gewürzgurke, Kapern und Kräuter unterheben (nicht mehr pürieren).
 3. **Abschmecken**
Mit Salz und ggf. etwas Essig oder Gurkenwasser feinjustieren.
 4. **Durchziehen lassen**
Mindestens **30 Minuten kalt stellen** – danach schmeckt sie deutlich „runder“.
-

Konsistenz-Tipps

- **Zu dick?** → 1–2 EL Wasser oder Gurkenwasser einmixen
- **Zu dünn?** → ein paar Kichererbsen extra pürieren
- **Extra samtig** → 1 TL helles Mandelmus oder Cashewmus unterrühren

Sehr nah am „holländischen Imbiss“-Geschmack

- **Dill nicht sparen**
- Senf lieber **mild als scharf**
- Süße nur ganz leicht im Hintergrund halten oder eine **Remoulade-Variation mit Curry**



Vegane Kichererbsen-Remoulade – 5-Minuten-Version

(perfekt, wenn der Appetit schneller ist als die Geduld)

Zutaten

- 1 Dose Kichererbsen (abgespült)
- 3 EL Gurkenwasser
- 2 EL neutrales Öl
- 1 TL milder Senf
- 1 TL Zitronensaft oder milder Essig
- $\frac{1}{2}$ TL Zucker oder Agave
- Salz
- optional: 1 EL pflanzlicher Joghurt

Alles in den Mixer:

- **30–60 Sekunden** sehr fein pürieren
- Abschmecken
- Fertig

Geschmack: mild, cremig, leicht frisch

Tipp: Wenn du sie „remouladier“ willst, einfach nachträglich ein paar Gurkenwürfel & Kräuter untermischen.



Vegane Kichererbsen-Remoulade mit Curry

Zutaten

- 1 Dose Kichererbsen
- 2 EL Gurkenwasser
- 2 EL neutrales Öl
- 1 TL Senf
- $\frac{1}{2}$ –1 TL mildes Currysauce
- $\frac{1}{2}$ TL Kurkuma (*für Farbe, optional*)
- 1 kleine Gewürzgurke, sehr fein gehackt
- 1 EL fein gehackte Zwiebel (oder Schalotte)
- 1 EL Dill oder Petersilie
- $\frac{1}{2}$ TL Zucker
- Salz

Zubereitung

1. **Basis pürieren**
Kichererbsen, Gurkenwasser, Öl, Senf, Curry, Kurkuma & Zucker fein pürieren.
2. **Textur einbauen**
Gurke, Zwiebel & Kräuter unterheben.
3. **Ziehen lassen**
30–60 Minuten im Kühlschrank – dann wird sie richtig rund.

Notizen

- **Mehr Imbiss-Charakter:**
 $\frac{1}{2}$ TL Zwiebelpulver statt frischer Zwiebel
- **Mehr Tiefe:**
1 TL Kapern sehr fein hacken
- **Extra cremig:**
1 TL Cashewmus oder helles Mandelmus
- **Kinderfreundlicher:**
Curry auf $\frac{1}{2}$ TL begrenzen, Zwiebel weglassen

Geheimtipp

Mach **eine Basis** (5-Minuten-Version), teile sie in zwei Schälchen:

- Schälchen A → klassisch mit Dill & Gurke
- Schälchen B → Curry + Hauch Zucker

