

Schwammerlsoße

500g **Champignons** waschen, putzen und schneiden und in wenig **Öl** und

2 Zehen **Knoblauch** in einem Wok oder einer Pfanne anbraten, mit 2-3 EL **Mehl** stauben, gut verrühren und mit circa

250 ml **Pflanzenmilch** aufgießen und unter Rühren aufkochen lassen. Mit

Salz oder **Gemüsesuppenpulver** und **Pfeffer** würzen, mit einem Schuss **Balsamico** abschmecken und wenn vorhanden

1 TL gemahlene **getrocknete Steinpilze** (selbst machen) hinzufügen und noch ein paar Minuten köcheln lassen.

eventuell mit **Mandelmus** verfeinern.

Dazu passen Semmelknödel oder Kartoffenpüree.