

Haggis (*aus Schottland*)

3 Zwiebeln, 2 Karotten 5 Pilze	und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln glasig anbraten und dann die Karotten und Pilze dazugeben.
3 EL Erdnüsse, 3 EL Haselnüsse 4 EL Kidney Bohnen 200g rote Linsen 250ml Gemüsebrühe	und pürieren und mit und zum Gemüse hinzufügen. 2-3 Minuten kochen lassen und anschließend
3-4 EL Sojasauce, 1 EL Zitronensaft, 3 TL Rosmarin, 1½ TL Thymian 2-3 TL Cayennepfeffer 170g Haferflocken	und unterrühren. 10 Minuten köcheln lassen. einrühren und weitere 20 Minuten köcheln lassen. Evt. Etwas mehr Wasser hinzugeben. In eine Auflaufform geben und bei 180°C 30 Minuten backen.

Ergibt: Mit Beilage für 5-6 Personen

Zubereitungszeit: 20-30 Minuten

Bratzeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit: 35 Minuten

Backzeit: 30 Minuten