

VEGANSK

# RÖD SOJAFÄRSPAJ

*3-4 personer***BIOFOOD**  
NATURENLIGA LIVSMEDEL**HANNAS RÖDA SOJAFÄRSPAJ**

TID: CIRKA EN HALVTIMME

EKOLOGISKT FRÅN BIOFOOD

## Ingredienser

**Pajskal:**  
3 dl mjöl  
1,5 dl olja  
0,5 dl vatten**Fyllning:**  
100 g sojafärs  
1-2 gula lökar  
5 dl passerade tomater  
1-2 dl sojagrädde  
Kryddor efter smak  
1 msk grönsaksbuljong  
1 msk maizena / annat mjöl  
lite stekolja

Många av ingredienserna till våra recept finns hos våra återförsäljare! Se listan på vår hemsida [www.biofood.se](http://www.biofood.se)

### TILLAGNING:

**B**örja med att mixa alla ingredienser till skalet i en matberedare, alternativt rör ihop dem för hand. Tryck ut degen i en pajform och förgrädda i ugn ca 10 minuter på 225°.

Sjud sojafärsen i vatten ca 10 minuter, skölj sedan i sil och låt rinna av. Hacka löken och fräs med kryddorna i lite olja. Tillfätt sojafärsen och stek under omrörning i ca 5 minuter.

Rör ut mjölet i ca 1 dl av de passerade tomaterna. Rör ner i den kryddade sojafärsen tillsammans med resten av tomaterna, grönsaksbuljongen och sojagrädden. Koka i ca 3 minuter.

Fyll pajskalet med fyllningen, riv ev. en god sojaost över, och grädda klart i ca 15 minuter, 225°.

**BIOFOOD**  
NATURENLIGA LIVSMEDELVerkstadsvägen 14  
137 37 Västerhaninge  
Telefon: 08-500 200 00  
Fax: 08-500 242 15  
E-post: [info@biofood.se](mailto:info@biofood.se)