

Salat mit Austernpilzen

Salate » Gemüse-Salate

Zutaten (4 Personen)

- » 200g Feldsalat
- » etwas Radicchio
- » 2 Scheiben Weißbrot
- » 3 EL Olivenöl
- » 400g Austernpilze
- » 2 Knoblauchzehe(n)
- » 4 EL Öl
- » 6 EL Balsamico Essig
- » 150ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 3-4 EL Senf
- » 3 TL Zucker
- » Salz
- » 50g Walnüsse
- » 100g Parmesan

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Feldsalat und Radicchio putzen, waschen und abtropfen lassen. Das Toastbrot entrinden und in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin goldbraun rösten. Danach beiseite stellen.

2. Austernpilze abreiben, putzen und in grobe Stücke teilen. Die Knoblauchzehen abziehen und fein zerdrücken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Austernpilze mit dem Knoblauch darin andünsten, dann aus der Bratpfanne nehmen und warmstellen.

3. Das Bratfett mit Balsamico-Essig sowie Gemüsebrühe ablöschen und mit Senf, Zucker sowie Salz abschmecken.

4. Die Walnusskernhälften grob hacken. Parmesan dünn hobeln. Feldsalat und Radicchio auf Tellern anrichten. Die Austernpilze darauf geben und den Salat mit der Marinade beträufeln. Mit den gerösteten Brotwürfeln, Walnüssen sowie Parmesanspänen bestreuen und servieren.

Nährwerte: 430kcal/E16g/F37g/KH10g pro Portion

angelegt am: 27.02.2005

Rezept-Nr: 1583

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke