Chinesische Pilzpfanne mit Sesamknödeln

Pilz-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

» 1/4l Milch
» 30g Butter/Margarine
» 4 Brötchen
» 2 Ei(er)
» 1/2 Bd. Koriander
» Salz & Pfeffer
» 1 Bd. Lauchzwiebel(n)
» 750g Austernpilze
» 250g Shiitakepilze
» 1-2 rote Chilischote(n)
» 7 EL Öl
» 1/8l Instant-Gemüse-Brühe
» 6 EL Sojasoße
» 2 EL Ketchup
» 1 TL Stärke
» 75g Sesam

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Milch und Fett erwärmen. Brötchen in Stücke schneiden. Mit Milch-Fett-Gemisch und 1 Ei vermengen. Koriander, bis auf etwas zum Garnieren, fein hacken, unterheben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Masse zu einer ca. 20cm langen Rolle formen, in ein Geschirrtuch wickeln, die Enden zusammen binden. Rolle in reichlich Salzwasser bei schwacher Hitze 30-35min gar ziehen lassen.

3. Die Lauchzwiebeln in Stücke schneiden. Pilze evtl. halbieren. Chilischoten in feine Ringe schneiden. 3EL Öl erhitzen. Pilze darin kräftig anbraten. Lauchzwiebeln und Chili zufügen, kurz mit anbraten. Mit Brühe und Sojasoße ablöschen. Ketchup und Stärke glatt rühren, in die Soße rühren. Kurz aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Warm stellen.

4. Knödelrolle herausnehmen, etwas ruhen lassen. Tuch entfernen. Rolle in 8 Scheiben schneiden. Übriges Ei verschlagen, Scheiben zuerst in Ei, dann in Sesam wenden. Rest Öl erhitzen. Scheiben darin unter Wenden goldbraun braten. Mit der Pilzpfanne servieren. Mit Koriander garnieren.

Nährwerte: 620kcal/E22g/F41g/KH41g pro Portion

angelegt am: 18.10.2003 Rezept-Nr: 616

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke