

Gebratene Austernpilze mit Paprikasoße

Pilz-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 2 rote Paprika
- » 125ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 1 EL Stärke
- » 150g Sahnejogurt
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Prise Zucker
- » 600g Austernpilze
- » 1 Bd. Lauchzwiebel(n)
- » 4 EL Olivenöl
- » 400g Gnocchi
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 1 EL geh. Petersilie

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Ofen auf 230°C vorheizen. Für die Soße die Paprikaschoten waschen und trockentupfen. Auf ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech geben und rösten, bis sich die Haut verfärbt und Blasen wirft.

2. Schoten herausnehmen und in einem Gefrierbeutel etwas abkühlen lassen. Dann häuten, putzen und entkernen. Die Paprika mit Brühe pürieren. Paprikapüree erhitzen und mit der Stärke binden. Den Joghurt unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

3. Pilze putzen und zerteilen. Lauchzwiebeln abbrausen, putzen und in Stücke schneiden. 2EL Olivenöl erhitzen, die Gnocchi darin erhitzen. Herausnehmen und warm stellen.

4. Übriges Öl in die Pfanne geben. Pilze und Lauchzwiebeln darin ca. 5min braten. Knoblauch abziehen, dazupressen, salzen und pfeffern. Alles auf Tellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Nährwerte: 280kcal/E10g/F18g/KH20g pro Portion

angelegt am: 20.01.2004

Rezept-Nr: 832

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