

Rezepttipps Pilze von Torsten Linde

Panierte Austernseitlinge

Zutaten für 4 Personen:

500 g Austernseitlinge, Mehl, 3 Eier, etwas Wasser, Semmelbrösel, Salz, Pfeffer, Sonnenblumenöl, Thymian, Rosmarin

Zubereitung:

Die Pilze putzen. Ein bisschen mit Wasser befeuchten und mehlieren. Danach durch das mit etwas Wasser, Salz und Pfeffer verquirlte Ei ziehen. Abtropfen lassen und fest in die Semmelbrösel drücken. Sofort in heißem Sonnenblumenöl ausbacken. Mit gehackten Thymian und Rosmarin dekorieren. Passt gut zu einem bunten Salat.

Marinierte Shiitake

Zutaten für 4 Personen:

300 g Shiitake, 1 Knoblauchzehe, 1 Schalotte, 2 EL Olivenöl, 2 EL Sojasauce, 1 kleines Bund glatte Petersilie, Meersalz, schwarzer Pfeffer, 1 kleines Bund Basilikum

Zubereitung:

Die Pilze putzen. Den Knoblauch und die Schalotte fein hacken und in dem Olivenöl andünsten. Die Pilze hinzufügen und anbraten. Mit der Sojasauce ablöschen. Die Petersilie hacken und über die Pilze geben, mit Salz und Pfeffer würzen. 1 - 2 Stunden durchziehen lassen. Dann die Basilikumblätter zerzupfen und über die Pilze geben. Die Shiitake als Vorspeise servieren.

In Weinteig ausgebackene Champignonköpfe

Zutaten für 4 Personen:

400 g Champignons, 250 g Mehl, Pfeffer, Salz, 1 l Sonnenblumenöl, 4 Eier

Zubereitung:

Die Pilze putzen. Mehl mit Weißwein, 2 Esslöffel Öl, Salz, Pfeffer und 2 Eidotter leicht, ohne viel zu bearbeiten mischen - stehen lassen - vor Gebrauch Eischnee von 4 Eiklar darunterheben. Die Pilze durch die Weiteigmasse ziehen und in dem heißen Sonnenblumenöl ausbacken.

Dazu passt Vollkorntoastbrot mit einem Kräuterschmanddip.

Das Ernährungs- und Kräuterzentrum wird unterstützt durch
das Sächsische Staatsministerium für Umwelt und Landwirtschaft.

