



PILZE

Lecker und vielseitig



45

REZEPTE

für Champignons,
Steinpilze, Shiitake
& Co.

HINWEISE

Backofentemperaturen: Die Backofentemperaturen in diesem Buch beziehen sich auf einen Elektroherd mit Ober- und Unterhitze. Falls Sie mit Umluft arbeiten, reduziert sich die Temperatur um 20 °C. Wenn nicht anders angegeben, wird immer die mittlere Einschubleiste des Backofens verwendet.

Bei den Zutatenmengen ist jeweils das Rohgewicht, also das Gewicht des Lebensmittels vor der Verarbeitung, angegeben. Bei Stückangaben gehen wir immer von Lebensmitteln mittlerer Größe aus.

Pfeffer: Mit der Zutat „Pfeffer“ ist immer frisch gemahlener schwarzer Pfeffer aus der Mühle gemeint.

ABKÜRZUNGEN

ca. = circa

cm = Zentimeter

El = Esslöffel

FP = Fertigprodukt

g = Gramm

kcal = Kilokalorien

kg = Kilogramm

kJ = Kilojoule

l = Liter

ml = Milliliter

Msp. = Messerspitze

P. = Päckchen

TK = Tiefkühlprodukt

TI = Teelöffel

Ø = Durchmesser

FOTOS

Maria Brinkop: S. 31, 42; Manuela Rüter: S. 36, 39; Studio Klaus Arras: S. 6; TLC Fotostudio: S. 14, 20, 27, 51, 57; Verlagsarchiv: S. 9

TEXTE

Katja Briol: S. 41; Sabine Durdel-Hoffmann: S. 26, 28; Nina Engels: S. 32, 33, 34; Guido Gravelius: S. 10, 25; Marie Gründel: S. 12, 15, 16, 40; Anne Peters: S. 7; Verlagsarchiv: S. 5, 8, 11, 17, 18, 19, 21, 22, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 52, 53, 55, 56, 58, 59, 60, 61, 62, 63; Christina Wiedemann: S. 4, 29, 30, 43; Anna Walz: S. 24, 37, 38; Sylvia Winnewisser: S. 13, 23, 35, 54

ILLUSTRATIONEN

[Stock.adobe.com](https://stock.adobe.com):

© zhaluldesign (Icon Uhr und Waage), © Lida (alle übrigen Illustrationen)

eISBN 978-3-62516-169-1

© Komet Verlag

Emil-Hoffmann-Straße 1, D-50996 Köln

Umschlagmotive: Kay Johannsen (Foto vorne links),

TLC Fotostudio (Foto vorne rechts);

stock.adobe.com: © tashka2000 (Fond)

Gesamtherstellung: Komet Verlag, Köln

Alle Rechte vorbehalten



PILZE

Lecker und vielseitig

45 Rezepte für Champignons, Steinpilze, Shiitake & Co.

INHALT

Misosuppe mit schwarzen Rettichnudeln und Tofu

Maronen-Pilz-Topf zu Pellkartoffeln

Champignoncremesuppe mit Thymian und Knoblauch

Graupensuppe mit Steckrübe und Pfifferlingen

Kartoffelsuppe mit Pfifferlingen und Käsesticks

Pilzcremesuppe

Thai-Suppe mit Shiitake und Kokosmilch

Tofu-Pilz-Curry

Portobello-Pilze mit Auberginen und Oliven

Zucchini-Pilz-Pfanne mit Mozzarella

Gefüllte Champignons

Linsen mit Speck und Steinpilzen

Risotto mit Steinpilzen

Champignon-Quinotto mit Parmesan

Pilzterrine

Semmelknödel mit Pfifferlingen

Kürbis-Brotauflauf mit Shiitake-Pilzen

Überbackene Rahmchampignons auf Röstbrot

Bacon-Burger mit Steinpilzen

Pfifferling-Burger

Portobello-Burger

Bánh mì mit pulled Kräuterseitlingen

Pilz-Tarte mit Petersilie

Steinpilz-Quiche mit Kartoffeln und Pinienkernen

Kohlrabi-Quiche mit Kräuterseitlingen

Hacktorte mit Pfifferlingen

Hähnchen-Erbсен-Pie

Pizza mit Steinpilzen

Low-Carb-Pizza mit Champignons

Dinkel-Kräuter-Crêpe mit Pfifferlingen

Pilz-Gyros mit Zaziki im Pitabrot

Spaghetti mit Kräuterseitlingen

Tagliatelle in Pfifferling-Tomaten-Sauce

Rahmpilze mit Bandnudeln

Spaghetti mit Steinpilz-Pesto

Zürcher Geschnetzeltes mit Waldpilzen

Rinderfilet mit Austernpilzen

Hase mit Steinpilzen

Jägerschnitzel mit Wedges

Lammlachse mit Shiitake-Ratatouille

Steinpilzsalat

Warmer Pfifferlingsalat

Asia-Austernpilze mit Sesam

Champignonpfanne

Pastinakentaler mit Pilzen

Shiitake-Aufstrich mit Petersilie

Eingelegte Pilze

Kräuter-Champignon-Tartar


Champignon Würzsauce

Hinweise zum Buch

MISOSUPPE

mit schwarzen Rettichnudeln und Tofu

 Zubereitungszeit: 25 Minuten

 Pro Portion ca. 79 kcal/331 kJ, 6 g E, 2 g F, 9 g KH

Für 4 Portionen

- 2 Knollen schwarzer Rettich
- 50 g Shiitake-Pilze
- 1 kleiner Bund Frühlingszwiebeln
- 100 g weicher Tofu
- 1 El Wakame Algen (instant)
- 3 El gelbe Misopaste

1. Die Rettichknollen schälen, die Enden abschneiden und mit dem Spiralschneider in dünne Spaghetti schneiden, zwischendurch kürzen. Von den Shiitake-Pilzen die Stiele entfernen und die Kappen in dünne Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Den Tofu grob würfeln.

2. In einem großen Topf 1 l Wasser aufkochen, die Pilze zugeben und 2 Minuten kochen. Wakame und Tofu dazugeben und den Topf vom Herd nehmen.


3. Die Misopaste mit etwas Suppe glatt rühren und anschließend in die Suppe rühren. Die Rettichnudeln und die

Frühlingszwiebeln dazugeben. In tiefe Tellern verteilen und sofort servieren.

MARONEN-PILZ-TOPF

zu Pellkartoffeln

 Zubereitungszeit: 30 Minuten

 Pro Portion ca. 467 kcal/1955 kj, 9 g E, 17 g F, 67 g KH

Für 4 Portionen

800 g kleine festkochende Kartoffeln
300 g Shiitake-Pilze oder Kräuterseitlinge
1 kleine Zwiebel
2 Stängel Staudensellerie
2 El vegane Margarine
1 El Mehl
100 ml warme, kräftige Gemüsebrühe
100 ml trockener Weißwein
2 El getrockneter Rosmarin
Salz
1 Prise Zucker
300 g Maronen (Esskastanien, fertig vorgekocht)
150 ml Sojasahne
Pfeffer

1. Die Kartoffeln gründlich waschen, abbürsten und mit Schale garen. In der Zwischenzeit die Pilze putzen und klein schneiden, die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die

Selleriestangen waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden.

2. Die Margarine in einem Topf zerlassen. Sellerie und Zwiebel darin 5 Minuten unter gelegentlichem Rühren andünsten. Das Mehl zugeben und alles verrühren, bis sich das Mehl aufgelöst hat und glänzt. Dann die Gemüsebrühe hinzufügen und mit dem Schneebesen gründlich einrühren, damit das Mehl keine Klumpen bildet. Nun den Wein einrühren und Rosmarin und Pilze zugeben. Mit Salz und Zucker würzen und kurz köcheln lassen.

3. Die Maronen in mundgerechte Stücke schneiden und in den Topf geben. Die Sojasahne einrühren und alles noch einmal erhitzen. Mit Pfeffer würzen.

4. Das Pilz-Maronen-Gemüse mit den Pellkartoffeln servieren.