



Pilzschnitten

Hauptgericht für 4 Personen

- 1 Zwiebel
- 800 g gemischte Pilze, z. B. Eierschwämmli, Austernseitlinge (Pleurotus), Champignons
- 1 Bund Schnittlauch
- 16 Scheiben dunkles Brot, z. B. Pane Passione rustico
- 2 EL Olivenöl
- 1 dl Weisswein
- 2,5 dl Halbrahm
- Salz, Pfeffer

Backofen auf 180 °C vorheizen. Zwiebel hacken. Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Schnittlauch fein schneiden. Brot im Ofen ca. 5 Minuten goldbraun tosten. Zwiebel im Öl andünsten. Pilze begeben und mitdünsten. Mit Wein ablöschen. Etwas einkochen lassen. Rahm begeben und 2 Minuten köcheln lassen. Schnittlauch begeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pilzragout auf den Brotscheiben anrichten.

Zubereitung ca. 30 Minuten

Pro Person ca. 18 g Eiweiss, 21 g Fett, 40 g Kohlenhydrate, 1850 kJ/440 kcal

