

Champignons in Sauce mit Schalottenöl

Champignons mit Paprika und Zwiebeln in der Pfanne geschmort und mit Bio-Schalottenöl verfeinert



 Teile auf Facebook



VORBEREITUNGSZEIT
10 Min.

ZUBEREITUNGSZEIT
20 Min.

GESAMTZEIT
30 Min.



GERICHT
Deftig, Hauptgericht

KÜCHE
Crossover, Deutsch,
International



PORTIONEN
2 Portionen

KOCHUTENSILIEN

- 1 Beschichtete oder Gußeiserne Pfanne

ZUTATEN

- 400 g Champignons
- 1 Stück Rote Paprika
- 1 Stück Große Zwiebel oder ..
- 2 Stück Kleine Zwiebeln Roscoff schmecken hervorragend
- 1-2 EL Olivenöl von der Ölmühle Bayreuth zum Braten
- 100 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Helle Sojasauce
- 2-3 EL Schalottenöl von der Ölmühle Bayreuth
- 1 TL Speisestärke
- Etwas Salz
- Etwas Pfeffer aus der Mühle
- 2 Portionen Reis oder Brot als Beilage

ANLEITUNGEN

1. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Paprika entkernen und in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Stärke in 2 EL kaltem Wasser anrühren.
2. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten anbraten. Paprika dazugeben und 3–4 Minuten mitbraten.
3. Champignons dazugeben und 5-7 Minuten braten. Brühe angießen und die Sojasauce dazugeben, aufkochen und 4-5 Minuten köcheln lassen. In etwas kaltem Wasser angerührte Stärke einrühren und 1 Minute eindicken lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Pfanne vom Herd nehmen. Das Bio-Schalottenöl großzügig darüberträufeln und kurz schwenken. Nicht mehr erhitzen. Sofort mit Warmen Reis oder knusprigem Brot servieren.
5. Guten Appetit!



SUCHBEGRIFF

deftige Pfanne, Gemüsepfanne, Paprika, Pilze, Schalotten, Zwiebeln



Hast du das Rezept probiert?

Lass uns wissen wie es war