



Portobello-Pilze mit Steinpilzsauce

dazu Ofenkartoffeln und bunter Spinatsalat



ca. 35min



2 Personen

Pilze sind ein toller Bestandteil der vegetarischen Küche, da sie gegart eine beinahe fleischige Konsistenz bekommen und reichlich Umami auf den Teller bringen. Vor allem Portobellos finden wir super, weil sie so groß sind - mehr Pilzvergnügen für uns! Heute backen wir sie im Ofen und übergießen sie mit einer köstlichen Steinpilz-Pfeffer-Sauce. Umami kann man schließlich nie genug haben! Dazu gibt es Ofenkartoffeln und Salat.

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 4 Portobello-Pilze
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Päckchen Steinpilzpulver
- 1 Päckchen schwarze Pfefferkörner
- 1 Gurke
- 1 Tomate
- 10g Schnittlauch
- 50g Babyspinat

- 2EL Mayonnaise ³
- ½EL Butter ⁷
- ½EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

- Backöfen
- Backblech und Backpapier
- kleiner Topf
- Messbecher
- Küchenpinsel

Energie 624kcal, Fett 39.1g,
Kohlenhydrate 55.4g, Eiweiß 12.3g



1. Kartoffeln backen

4. Salat vorbereiten

1EL Olivenöl, 1EL Balsamicoessig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren. Die **Gurke** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Tomate** in dünne Spalten schneiden und mit den **Gurken** und dem **Dressing** vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Pilze backen

5. Dip anrühren

Den **Schnittlauch** in dünne Röllchen schneiden. **1EL Schnittlauch** mit 2EL Mayonnaise verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **restlichen Schnittlauch** in die **Sauce** rühren.



3. Sauce köcheln

A top-down view of a round, light-colored bowl filled with a fresh salad. The salad consists of vibrant green spinach leaves, several slices of light green cucumber with dark green seeds, and two small, bright red bell pepper slices. The bowl is set against a plain, light gray background.

6. Salat fertigstellen

Den **Pilzbratensatz** in die **Sauce** gießen, aufkochen und mit der **restlichen Sojasauce**, Salz und Pfeffer abschmecken. Die **½ des Spinats oder mehr** unter den **Salat** heben. Die **Portobello-Steaks** auf Teller verteilen und mit der **Sauce** beträufeln. Mit den **Kartoffeln** und dem **Dip** anrichten und servieren. Den **Spinatsalat** dazu reichen.