



Portobello-Pilze mit Steinpilzsauce

dazu Ofenkartoffeln und bunter Spinatsalat



ca. 35min



3-4 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.

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 8 Portobello-Pilze
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Päckchen Steinpilzpulver
- 1 Päckchen schwarze Pfefferkörner
- 1 große Gurke
- 2 Tomaten
- 20g Schnittlauch
- 100g Babyspinat

- 4EL Mayonnaise ³
- 1EL Butter ⁷
- 1EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

- Backofen und Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- Messbecher
- Küchenpinsel

Energie 527kcal, Fett 28.0g,
Kohlenhydrate 56.5g, Eiweiß 12.3g



1. Kartoffeln backen

4. Salat vorbereiten

2EL Olivenöl, 2EL Balsamicoessig sowie je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren. Die **Gurke** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Tomaten** 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. **2EL Schnittlauch** mit 4EL 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, and two whole red chili peppers. The bowl is set against a plain, light gray background.

6. Salat fertigstellen

Den **Pilzbratensaft** in die **Sauce** gießen, aufkochen und mit der **restlichen Sojasauce**, Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Spinat** 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.