

MARLEY SPOON



Po'boy mit knusprigen Cajun-Pilzen

mit Kapern-Remoulade und Salat



30-40min



2 Personen

Das Po'boy (poor boy) ist ein Sandwich der Cajun-Küche, das ursprünglich aus Louisiana stammt. In den 1920er-Jahren war es unter den Hafener- und Straßenbahnarbeitern als günstige Zwischenmahlzeit beliebt. Traditionell wird es mit Fleisch, Fisch oder Meeresfrüchten gefüllt. Wir bestreichen den „armen Jungen“ heute mit einer pikanten Kapern-Remoulade und belegen ihn mit Pilzen in würziger Cajun-Kruste. Salat dazu und los geht's!

Was du von uns bekommst

- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Pck. Kapern
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Pck. Sriracha-Sauce
- 1 Pck. Cajun-Gewürzmischung
- 250g Champignons
- 1 Pck. Romanasalat
- 2 Hotdogbrötchen ^{2,3,4}

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ¹
- 65g Weizenmehl ²
- 60ml Milch ³
- 1½EL Mayonnaise ¹
- Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Backblech
- Küchenwaage & Messbecher
- Zitruspresse
- Schneebesen
- Schaumkelle

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Wer mag, kann die Milch und das Wasser im Teig durch helles Bier (z. B. Lager) ersetzen.

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Sojabohnen (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 786kcal, Fett 50.3g, Kohlenhydrate 69.3g, Eiweiß 15.9g



1. Remoulade zubereiten

Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. Die **Kapern** grob hacken. Die **Zitrone** halbieren und **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** aufbewahren. 1½EL Mayonnaise, die **Sriracha-Sauce**, die **Kapern**, ½EL Zitronensaft und die **½ der Lauchzwiebeln** zu einer **Remoulade** verrühren. Nach Geschmack mit Pfeffer würzen.



4. Pilze braten

Die **Pilze** in 3-4Min. rundum goldbraun und knusprig braten, dabei gelegentlich mit der Schaumkelle rühren. Die **Pilze** mit der Schaumkelle aus der Pfanne nehmen und auf einem mit Küchentuch ausgelegtem Backblech abtropfen lassen. Den Vorgang mit den **restlichen Pilzen** wiederholen.



2. Teig zubereiten

½TL **Gewürzmischung** für den **Salat** aufheben. 50g Mehl und die **restliche Gewürzmischung** in einer Schüssel vermischen. In einer zweiten Schüssel 60ml Milch, 50ml Wasser und 1 Ei verquirlen. Die Milchmischung zur Mehlmischung geben und kurz verrühren, bis ein **Teig** entsteht.



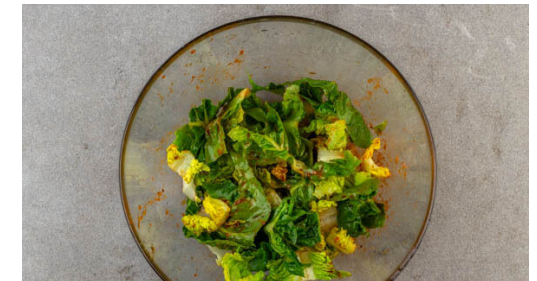
5. Dressing zubereiten

Die **Pilze** ggf. mit **einem Spritzer der übrigen Zitronenhälfte** verfeinern. Die **aufbewahrte Gewürzmischung**, **1TL Zitronensaft**, 1EL Olivenöl und ½TL Honig zu einem **Dressing** verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Pilze vorbereiten

Eine große Pfanne ca. 1cm hoch Pflanzenöl befüllen und bei mittlerer bis starker Hitze erwärmen. Die **Pilze** vierteln und mit 1EL Mehl vermengen, dann die **½ der Pilze** in den **Teig** tunken und mit einer Schaumkelle herausheben. Etwas abtropfen lassen und sofort in das heiße Öl geben.



6. Salat zubereiten

Den **Salat** vom Strunk befreien und quer in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Eine **Handvoll Salat** aufbewahren, den **restlichen Salat** und die **restlichen Lauchzwiebeln** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Brötchen** aufschneiden, mit der **Remoulade** bestreichen und mit dem **reservierten Salat** und den **Pilzen** belegen. Die **Po'boys** mit dem **Salat** anrichten und servieren.