



Gebackene Austernpilze in italienischer Panade auf Pflücksalat mit Ricottacreme

Zutaten (für vier Personen)

400 g Austernpilze
Saft einer Zitrone
3 EL Mehl
2 Eier
80 g Semmelbrösel
30 g geriebener Parmesan
2 EL gemahlene Mandeln
1 EL gerebelter Thymian
3 EL Olivenöl

130 g Ricotta
130 g Sauerrahm
Thymian
1 EL Kapern
8 schwarze Oliven
1 Frühlingszwiebel

300 g Pflücksalat
60 g Schalotten
2 cl heller Traubensaft
2 EL Obstessig
3 EL Olivenöl

Würfel von 2 Tomaten
2 EL Olivenöl
2 EL Basilikum

Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 30 Minuten)

Austernpilze mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen, mehlieren, durchs aufgeschlagene Ei ziehen und in einem Gemisch von Semmelbröseln, geriebenem Parmesan, gemahlenden Mandeln und gerebeltem Thymian wenden, dann in heißem Olivenöl beidseitig goldgelb ausbacken.

Ricotta mit Sauerrahm und gerebeltem Thymian gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Kapern, entsteinte Oliven und Frühlingszwiebelröllchen zugeben, gut untermengen.

Pflücksalat als schönes Bukett in tiefem Teller anrichten. Gewürfelte Schalotten, Traubensaft, Obstessig und Olivenöl gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und über dem Salat verteilen. Tomatenwürfel mit Olivenöl und fein geschnittenem Basilikum mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Salatbukett damit bestreuen, Pilze rundum mit anlegen. Ricottacreme in einer Schüssel anrichten, separat dazu stellen.

Nährwerte pro Portion

630 kcal - 45 g Fett - 20 g Eiweiß - 48 g Kohlenhydrate - 4 BE

Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch.