



Sommer-Gemüsetörtchen auf Rahmpfifferlingen

Zutaten (für vier Personen)

80 g Zwiebelwürfel
100 g Süßkartoffelwürfel
300 g Kartoffelwürfel
150 g Paprikawürfel (bunt)
1 Knoblauchzehe
2 EL gehackte gemischte Kräuter
1 EL Olivenöl

2 Eier
150 ml Sauerrahm

250 g Pfifferlinge
80 g Zwiebelwürfel
1 Frühlingszwiebel
1 EL Öl
125 ml Sahne
1 EL Sauerrahm
1 EL gehackte Petersilie
1 Schale Kresse
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 35 Minuten)

Zwiebelwürfel in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, Süßkartoffel- Kartoffel- und Paprikawürfel dazugeben und mit anschwitzen. Knoblauchwürfel und gehackte gemischte Kräuter unterziehen.

Eier verquirlen, Sauerrahm einrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Abgekühltes Gemüse mit Eier-Sauerrahmmischung gut vermengen und in kleine Förmchen abfüllen. Feuerfeste Form mit Backpapier auslegen, mit etwas Wasser füllen und im vorgeheizten Backofen bei etwa 160 Grad gut eine Viertelstunde stocken lassen.

Die Lamellen der Pfifferlinge mit dem Pinsel säubern, kurz abbrausen, dann auf Küchentrepp abtupfen. Große Pilze zerteilen, mit Zwiebelwürfeln und Röllchen von Frühlingszwiebeln in heißem Olivenöl anschwitzen, mit Sahne angießen und kurz aufkochen. Sauerrahm und gehackte Petersilie zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen, kurz einköcheln lassen. In tiefem Teller als Bett anrichten. Törtchen stürzen, längs halbieren, daraufsetzen und mit abgeschnittener Kresse garnieren.

Nährwerte pro Portion

312 kcal - 20 g Fett - 9 g Eiweiß - 29 g Kohlenhydrate - 2,4 BE

Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch und glutenfrei.