

Liebe Köch*innen,

natürlich bekommt ihr zu unseren Pilz-Wochen wieder mal ein Rezept von mir.

Ich liebe frische Pilze, egal welche, sie sind alle lecker. Für mein Rezept habe ich Austernpilze verwendet. Selbstverständlich könnt ihr es auch mit Champignons, Kräuterseitlingen oder Shiitake nachkochen. Ganz nach eurem Geschmack.

Lasst euch schmecken und bis zum nächsten Mal, eure Iris Lay



Zutaten (für 2 Personen):

- 200 g frische Pilze
- 1 Paprika
- 2 Karotten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleiner Pak Choi
- 3 Lauchzwiebeln
- Ramen Nudeln (2 Nester pro Person)
- 1 Black Forrest Tofu (nach Belieben)
- Sojasauce
- Miso Paste
- Chillipaste von der Genießermanufaktur
- Erdnussöl
- Erdnussmus crunchy
- Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

Erstmal ist Schnippeln angesagt! Pilze, Karotten, Lauchzwiebeln und Pak Choi in Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln, Paprika und Tofu grob würfeln. In einer großen Pfanne oder im Wok 1 EL Erdnussöl heiß machen. Zuerst Zwiebeln andünsten, dann restliches Gemüse, bis auf Pilze und Knoblauch, dazu geben und ca. 2-3 Minuten anschwitzen. Mit 200 ml Gemüsebrühe ablöschen. Temperatur runter drehen und etwas köcheln lassen. In der Zwischenzeit könnt ihr die Tofu-Würfel in einer separaten Pfanne, ebenfalls mit etwas Erdnussöl anbraten und dann warm stellen/halten. Zurück zum Gemüse! Jetzt die Pilze und den Knoblauch in die Pfanne geben. 1 EL Sojasauce, 3 EL Miso-Paste und 2 EL Erdnussmus zum Gemüse geben und alles verrühren. Wenn die Sauce zu cremig ist, einfach bisschen Wasser nachgießen. Wer es noch cremiger mag, gibt noch etwas Miso und Erdnussmus zu. Zum Schluss min. noch 1/2 TL Chillipaste reingeben. Gemütlich köcheln lassen, die Ramennudeln nach Packungsanleitung kochen -> **Fertig!** Jetzt noch alles schön auf dem Teller anrichten und genießen! Wer mag mit einem Glas gekühlten Weißwein. Guten Appetit!