

Der Rosenseitling

Pilzrisotto mit Rosenseitling, Chicorée und italienischem Hartkäse

Zutaten (für vier Personen)

2-3 Schalotten
3 El Bratolivenöl
400 g Risottoreis
50 ml Weißwein
Gemüsebrühe
1 Hand voll gemischte Pilze (gerne auch frische Waldpilze)
50-100 g ital. Hartkäse (z. B. Grana Padano)
1-2 Hände voll Rosenseitlinge oder alternativ Austernpilze.
2 Stk. Chicorée
Salz, Pfeffer aus der Mühle
¼ Bund Kerbel



Nährwert 100 g
Eiweiß 4,4 g
Kohlehydrate 3,3 g
Fett: 0 g
Kalorien 33 kcal

Zubereitung

Die Schalotten schälen, würfeln und in Bratolivenöl glasig anschwitzen. Risottoreis zugeben, kurz mit anschwemmen. Mit Weißwein ablöschen und diesen auf die Hälfte reduzieren lassen. Nun immer wieder etwas Gemüsebrühe angießen und das Risotto unter häufigem Umrühren leise gar köcheln lassen. Die gemischten und klein geschnittenen Pilze in etwas Öl scharf anbraten, mit Salz und frisch gemahlenen Pfeffer abschmecken. Mit geriebenem Hartkäse in das Risotto geben. In der gleichen Pfanne die geputzten Rosenseitlinge bei mittlerer Hitze anbraten. Von dem Chicorée den Strunk abschneiden, die Blätter ablösen und zu den Pilzen in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Der Rosenseitling

Rührei mit Rosenseitling

Zutaten

für 4 Personen

8 Eier

4 EL Milch

200 g Rosenseitling

20 g Butter

30 g frische Kräuter (je nach Geschmack)

Salz, Pfeffer, Muskat



Nährwert 100 g
Eiweiß 4,4 g
Kohlehydrate 3,3 g
Fett: 0 g
Kalorien 33 kcal

Zubereitung

Den Rosenseitling in Streifen schneiden.

Die Eier mit der Milch, den Kräutern und Gewürzen vermischen und mit Hilfe eines Schneebesens verquirlen.

In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Pilzstreifen anbraten.

Nun die Ei-Masse in die Pfanne zu den Pilzstreifen geben und diese langsam heiß werden lassen. Wenn das Ei beginnt zu stocken dieses immer wieder vom Rand her in die Mitte streichen, so wird die klassische Rührei-Form erzeugt.

Wenn die Masse die gewünschte Konsistenz erreicht hat ist die kleine Leckerei fertig und kann nun serviert werden.

Der Rosenseitling

Tagliatelle mit Rosenseitling und Spargel

Zutaten für 4 Personen:

350 gr. Tagliatelle

2 EL Öl

300 gr. grüner Spargel

300 gr. weißer Spargel

30 gr. Butter

200 gr. Rosenseitlinge

1 Prise Zucker

150 gr. Gemüseradicchio

1 Schälchen Basilikumkresse

Salz und frisch gemahlener Pfeffer



Nährwert 100 g
Eiweiß 4,4 g
Kohlehydrate 3,3 g
Fett: 0 g
Kalorien 33 kcal

Zubereitung:

Tagliatelle in leichtem Salzwasser bissfest garen, abschütten, mit 1 EL Öl beträufeln und vermengen. Spargel schälen (weiß von der Spitze nach unten, grün von der Mitte nach unten), Enden abschneiden und in leichtem Salzwasser mit 10 gr. Butter und der Prise Zucker bissfest garen. Den Spargel in schräge Stückchen zerteilen. Rosenseitlinge ablösen, Gemüseradicchio waschen, vom Strunk ablösen und kurz blanchieren.

Rosenseitlinge mit 1 EL Öl in beschichteter Pfanne leicht und kurz anbraten. Tagliatelle in 20 gr. Butter anschwemmen, Spargel und Radicchio zugeben, mit etwas Spargelbrühe angießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.