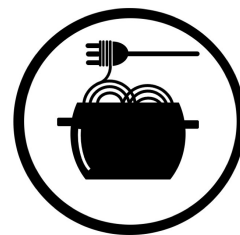


Gebratene Champignons



4 Portionen



Vorbereitung
20 Minuten



Gluten
frei



Laktose
frei



Vegi



Vegan*

500g Champignons

Champignons putzen und kurz abspülen. Die Pilze dürfen kurz unter fließendes Wasser gehalten werden, sollten aber nicht unbedingt eingeweicht werden. Alternativ können sie trocken mit einer Champignonbürste gereinigt werden. Unangenehm ist es, wie beim Nüsslisalat, wenn Erde zwischen den Zähnen bleibt. Je nach Grösse die Champignons halbieren oder vierteln.

2 Lauchzwiebeln
2EL Olivenöl

Die Lauchzwiebel waschen, den weissen Teil in Würfelchen schneiden und den grünen Teil in Streifen schneiden. Die weißen Zwiebelwürfelchen in Olivenöl anbraten, die Champignons dazugeben und kurz bei mittlerer Hitze schwenken.

4EL Balsamico
1dl Bouillon

Mit dem Balsamico ablöschen, die Bouillon hinzufügen und die Flüssigkeit reduzieren. Zum Schluss den grünen Teil hinzufügen.

Abkühlen lassen und lauwarm mit Salat geniessen.

