

## Rezept

# Austernpilze »tonnato«

Ein Rezept von Austernpilze »tonnato«, am 08.06.2023

## Zutaten

<b>1 Dose</b> Thunfischfilet (im eigenen Saft (ca. 150 g Abtropfgewicht)	<b>100 g</b> saure Sahne
Salz	<b>1 EL</b> Zitronensaft
<b>20 g</b> Rucola	Pfeffer
<b>2 EL</b> Olivenöl	<b>250 g</b> Austernpilze
	<b>3 EL</b> kleine Kapern (aus dem Glas)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 135 kcal, 8 g F, 12 g EW, 2 g KH

## Zubereitung

1. Den Thunfisch abtropfen lassen und in einen hohen Rührbecher geben. Die saure Sahne dazugeben und beides mit dem Pürierstab durchmischen. Den Zitronensaft unterrühren und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rucola verlesen, waschen, trocken schütteln und nach Belieben grob hacken. Zarte Blätter ganz lassen.
2. Die Austernpilze putzen, mit einem feuchten Tuch abreiben und bei Bedarf in dicke Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Austernpilze darin bei großer Hitze ca. 4 Min. braten, zwischendurch wenden und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Austernpilze auf einer Platte verteilen und mit der Thunfischsauce beträufeln. Die Kapern abtropfen lassen und darauf verteilen. Den Rucola darüberstreuen.