

Rezept

# Champignon-Kohlrabi-Teller

Ein Rezept von Champignon-Kohlrabi-Teller, am 04.10.2024

## Zutaten

<b>250 g</b> feste große Champignons	<b>2</b> kleine Kohlrabis
Salz	Pfeffer
<b>1 Töpfchen</b> Sauerampfer	<b>3 EL</b> Apfelessig
<b>3 EL</b> Orangensaft	<b>3 EL</b> Walnussöl
<b>1 kleines Glas</b> kleines Glas Forellenkaviar (ca. 100 g)	<b>2 Scheiben</b> Vollkornbrot (je ca. 40 g)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

## Zubereitung

1. Die Champignons putzen, bei Bedarf mit einem Tuch abreiben, dann in dicke Scheiben schneiden. Die Kohlrabis schälen, zartes Grün beiseitelegen, die Kohlrabis halbieren und quer in Scheiben schneiden. Alles salzen und pfeffern.
2. Den Sauerampfer abschneiden, waschen und trocken tupfen, in Streifen schneiden. Über das Gemüse geben.
3. Den Apfelessig mit dem Orangensaft, Salz und Pfeffer verrühren und das Öl gründlich darunterschlagen. Über Champignons, Kohlrabi und Sauerampfer träufeln, den Forellenkaviar dazugeben. Mit dem Brot genießen.