

Rezept

Gebackene Austernpilze mit Avocado-Gurkensalat

Ein Rezept von Gebackene Austernpilze mit Avocado-Gurkensalat, am 05.08.2024

Zutaten

1 Knoblauchzehe	1 Bio-Limette
3 EL Mayonnaise	Salz
Cayennepfeffer	$\frac{1}{2}$ Bio-Salatgurke
1 Avocado	6 EL Olivenöl
200 g Austernpilze	1 Ei (M)
8 EL Semmelbrösel	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 695 kcal

Zubereitung

1. Den Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Limette heiß waschen und abtrocknen, die Schale abreiben, den Saft auspressen. In einer kleinen Schüssel die Hälfte des Safts mit dem Limettenabrieb, dem Knoblauch und der Mayonnaise verrühren. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen und beiseitestellen.
2. Für den Salat die Gurkenhälfte waschen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Avocado halbieren und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen und würfeln. Gurken- und Avocadowürfel mit dem übrigen Limettensaft und 1 EL Öl vermengen. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen.
3. Die Pilze vorsichtig trocken abreiben, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.
4. In einer Schüssel das Ei mit Salz verquirlen und die Pilze darin wenden. In einen tiefen Teller die Semmelbrösel geben und die Pilze darin wälzen, dabei die Brösel leicht andrücken.
5. In einer beschichteten Pfanne das übrige Öl erhitzen und die Pilze darin goldbraun braten. Auf Küchenpapier entfetten, dann nochmals salzen. Mit Avocado-Gurkensalat und der Limetten-Mayonnaise servieren.