

Rezept

Pilzaufstrich mit Petersilie

Ein Rezept von Pilzaufstrich mit Petersilie, am 04.06.2023

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 300 g Pilze (z. B. braune Champignons) | 1 EL Sonnenblumenöl |
| 1 kleine Zwiebel | 2 EL Sojacreme (Sahne-Ersatz auf Sojabasis; Reformhaus) |
| Salz | Pfeffer |
| 2 EL gehackte Petersilie | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Die Pilze mit Küchenpapier trocken abreiben, putzen und in sehr feine Scheiben schneiden.

2. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Pilze darin bei starker Hitze unter Rühren 5-7 Min. braten. Abkühlen lassen.

3. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Zwiebel, Pilze und Sojacreme in einer Schüssel vermengen. Den Aufstrich salzen, pfeffern und mit der Petersilie bestreuen. Am gleichen Tag aufbrauchen.