

Rezept

Pilzsalat mit Paprika

Ein Rezept von Pilzsalat mit Paprika, am 18.12.2025

Zutaten

je 150 g	Steinpilze, Pfifferlinge, Champignons, Egerlinge und Austernpilze	je 1	kleine gelbe, rote und grüne Paprikaschoten
1/2 Bund	Frühlingszwiebeln	2 EL	gehackte Petersilie
200 g	Cocktailtomaten	Salz	
je 4 EL	Apfelessig und Olivenöl	Zucker	
	Pfeffer		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Die Pilze putzen und trocken abreiben, die Strünke der Austernpilze abschneiden. Die Pilze in kochendem Wasser in ca. 10 Min. garen. Herausheben, kalt abschrecken, abtropfen und 30 Min. abkühlen lassen.
2. Inzwischen die Paprikaschoten längs halbieren, entkernen und waschen. Die Paprikahälften in kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Cocktailtomaten waschen und vierteln.
3. Die abgekühlten Pilze mit Paprikawürfeln, Frühlingszwiebeln, Cocktailtomaten und Petersilie mischen. Den Essig mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker zu einem Dressing verrühren. Das Dressing über den Pilzsalatträufeln und untermischen.