

## Rezept

# Pilzsalat mit Paprika

Ein Rezept von Pilzsalat mit Paprika, am 18.12.2025

## Zutaten

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

## 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 Pilzsalat träufeln und untermischen.