

Rezept

## Vegetarisch gefüllte Pilze

Ein Rezept von Vegetarisch gefüllte Pilze, am 09.06.2026

### Zutaten

<b>400 g</b> große Champignons oder Egerlinge (um die 5 cm Ø ist ideal)	<b>1 Stück</b> rote Paprikaschote (etwa 100 g)
<b>4 Zweige</b> Thymian	<b>1</b> kleiner Zucchini (etwa 100 g)
<b>75 g</b> Schafskäse (Feta)	<b>1</b> kleine Chilischote (wer mag)
Salz	<b>1 EL</b> Olivenöl (+ Öl für den Rost)

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 90 kcal

### Zubereitung

1. Die Pilze mit feuchtem Küchenpapier sauber abreiben, die Stiele herausdrehen und die Enden abschneiden. Das Paprikastück und den Zucchini waschen, putzen und mit den Pilzstielen in möglichst kleine Würfel schneiden.
2. Den Thymian abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abstreifen. Wer mag: Die Chilischote waschen, den Stiel abschneiden und die Schote mit den Kernen fein hacken.
3. Schafskäse mit den Fingern in kleine Stücke krümeln und mit dem Gemüse, dem Thymian, dem Öl und eventuell der Chilischote verrühren, mit Salz würzen. Die Füllung in die Pilzhüte löffeln.
4. Den Rost einölen. Die gefüllten Pilze daraufsetzen und bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten grillen, bis die Pilze schrumpelig sind, und die Füllung etwas geschmolzen ist.