

Pulled Mushrooms, Kartoffel-Käse-Püree, Rotkohl-Salat

Für zwei Personen

Für die Pulled Mushrooms:

300 g Kräuterseitlinge	2 Knoblauchzehen	120 g passierte Tomaten
20 g Zuckerrübensirup	1 EL Sojasauce	1 EL Butter
1 EL Olivenöl	1 TL getrock. Thymian	1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL geräuch. Paprikapulver	Salz	Pfeffer

Für das Kartoffelpüree:

500 g mehligk. Kartoffeln	1 Knoblauchzehe	120 ml Milch
30 g Parmesan	50 g Butter	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für den Rotkohlsalat:

$\frac{1}{2}$ kleinen Kopf Rotkohl	75 g getrock. Datteln	50 g Feta
$\frac{1}{2}$ Zitrone	2 Zweige Petersilie	1,5 EL Olivenöl
2 EL Sesam	$\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken	Salz

Für die Pulled Mushrooms:

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Kräuterseitlinge putzen und mit einer Gabel zerrupfen. Knoblauch abziehen und durch eine Presse drücken.

Sojasauce, passierte Tomaten, Olivenöl, Paprikapulver, getrockneter Thymian, Salz und Pfeffer mit dem Zuckerrübensirup mischen.

Pilze danach mit der Marinade vermischen und für 20 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Anschließend in einer Pfanne in Butter schwenken.

Für das Parmesan-Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen, würfeln und in einem Topf mit gesalzenem kochendem Wasser kochen, bis sie gar sind. Außerdem kommt noch eine zerdrückte und geschälte Knoblauchzehe mit in den Topf.

Parmesan reiben.

Kartoffeln abgießen, wenn sie gar sind, die restlichen Zutaten in den Topf geben und stampfen.

Für den Rotkohlsalat:

Rotkohl in feine Streifen schneiden. Datteln in Stücke schneiden. Feta zerkrümeln. Sesam ohne Fett in einer Pfanne anrösten.

Olivenöl, 1 EL ausgepresster Zitronensaft, Chiliflocken und Salz in eine kleine Schüssel geben und verrühren. Rotkohlstreifen mit den Datteln dazugeben und mit dem Dressing verrühren.

Petersilie hacken und mit Feta und geröstetem Sesam über den Rotkohlsalat geben.

Willem Lückert am 03. Januar 2023