

Pilz- 'Kebab' mit Erbsen-Minz-Püree und Zatar-Möhren

Für zwei Personen

Für den Pilz-Kebab:

300 g Austernpilze	1 Knoblauchzehe	1 TL Honig
1 EL dunkle Sojasauce	1 TL Tomatenmark	1 TL getrock. Oregano
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	1 TL geräuch. Paprikapulver	1 TL Kurkuma
1 Prise getrock. Chilipulver	3 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Zatar-Möhren:

2 Möhren	1 EL Olivenöl	1 TL Honig
1 EL Zatar-Gewürz		

Für das Erbsen-Minz-Püree:

200 g TK-Erbsen	50 ml Sahne	10 Minzblätter
Salz	Pfeffer	

Für den Pilz-Kebab:

Die Austernpilze säubern und in grobe Stücke zerreißen. Knoblauch abziehen und feinschneiden. Aus allen Zutaten eine Marinade anrühren und die Austernpilze darin kurz marinieren. Die marinierten Pilzstücke auf einen Spieß aufspießen und bei mittlerer Temperatur in einer Pfanne ca. 20 Minuten braten, zwischendurch wenden.

Für die Zatar-Möhren:

Möhren schälen und in mundgerechte Stifte schneiden.

Mit Olivenöl, Honig und Zatar vermengen und in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur ca. 10 Minuten bissfest garen.

Für das Erbsen-Minz-Püree:

Erbsen in gesalzenem Wasser ca. 3 Minuten blanchieren.

Erbsen mit Sahne, Salz, Pfeffer und Minze mit dem Stabmixer pürieren und evtl. durch ein Sieb streichen.

Den Spieß mit dem Püree und den Möhren auf Tellern anrichten und servieren.

Janine Hübel am 24. Mai 2023