

# Pilz-Nuss-Muffins mit Tomaten-Soße

## Für zwei Personen

### Für die Muffins:

300 g große Champignons	2 Scheiben Vollkornbrot	1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe	200 g Nusskernmischung	125 g Gouda
25 g Parmesan	1 Ei	1 EL Butter
2 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	2 EL Mehl
Salz	Pfeffer	

### Für die Sauce:

400 g feste Tomaten	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 EL Tomatenmark	$\frac{1}{4}$ L Tomatensaft	1 Zweig Basilikum
1 Zweig Petersilie	1 TL Zucker	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für die Garnitur:

100 g Parmesan	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
----------------	---------------------------------

### Für die Muffins:

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Pilze waschen, trockentupfen und ebenfalls fein hacken. Öl in der Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch und Pilze darin braten. Kurz abkühlen lassen.

Nüsse in einer Küchenmaschine fein hacken und Vollkornbrotscheiben in feine Krümel zerbröseln. Gouda und Parmesan reiben.

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, klein schneiden und 2 EL auffangen. Pilzmischung, Gouda, Parmesan, Brotkrümel, Nüsse, Ei und Schnittlauch vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, in die Backform geben und 20 Minuten backen.

### Für die Sauce:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken.

Tomaten waschen, trockentupfen, zerkleinern und Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten darin braten. Tomatensaft hinzugeben. Petersilie und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken und mit Tomatenmark zur Sauce geben und alles fein mixen.

Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für die Garnitur:

Wenn die Zeit noch da ist, kann man noch einen Parmesan-Chip machen. Dafür den Parmesan reiben, kreisförmig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Ofen ca. 15 Minuten knusprig backen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, klein schneiden und das Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Jörg Blumenstein am 26. Mai 2021