

Fungi Pad Kräuterseitlinge-Tatar

Das Fungi Pad Kräuterseitlinge-Tatar wird am Grill zubereitet. Ein raffiniertes und köstliches, vegetarisches Rezept zum Nachmachen.

Verfasser: Himmelhoch1040

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

2 Stk.	Fungi Pad (Kräuterseitlinge)
1 EL	Chiasamen (oder Leinsamen)
1 Glas	Basilikum Pesto
1 Stk.	Limette
2 Stk.	Fleischtomaten
1 Stk.	Zwiebel rot (kleine)
1 Stk.	Cocktailtomatenrispe
1 Stk.	Aubergine
1 Schuss	Olivenöl
1 Schuss	Sherry Essig
1 Prise	Salz & Pfeffer

Zubereitung

1. Für das **Fungi Pad Kräuterseitlinge-Tatar**, beginne damit, die Kräuterseitlinge einige Minuten goldbraun zu grillen und anschließend in kleine 5x5mm große Würfel zu schneiden. Mische sie mit frischen, klein gewürfelten Tomaten und fein gehackten Zwiebeln. Um das Tatar eine gesunde Note zu verleihen, gib einen Esslöffel Chiasamen hinzu. Verfeinere das Tatar mit einer Mischung aus Sherryessig, Basilikum Pesto, Olivenöl, Salz & Pfeffer und frischem Limettensaft.
2. Wasche Cocktailtomaten und lass sie abtropfen. Schneide Auberginen in lange Streifen, salze sie und grille sie bei mittlerer Hitze für ca. 5 Minuten auf beiden Seiten. Bestreiche die Tomaten mit Olivenöl und grille sie auch.

3. Platziere die gegrillte Aubergine auf einen Teiler und füge das Tatar in der Mitte hinzu. Rühre einen Esslöffel Basilikum Pesto mit einem Esslöffel Olivenöl an und beträufle es über die Aubergine. Voilà - das leckere Fungi Pad Kräuterseitlinge-Tatar ist fertig.

Tipp

Zum Fungi Pad Kräuterseitlinge-Tatar ein frisches Weißbrot oder Vollkornbrot reichen.