

REZEPT VON CHRISTIAN EGGER «GRÜNTAL», ZÜRICH

Schweizer Pilze
Champignons Suisses
Funghi Svizzeri

Shiitakepilze und Bohnen «asiatisch»

Shii-take PILZE

	4 Portionen
8	SHIITAKEPILZE
400 g	GRÜNE BOHNEN
3 EL	SESAMÖL
1	FRÜHLINGSZWIEBEL
1	KNOBLAUCHZEHE
3 cm	FRISCHE INGWERWURZEL
1	ROTE THAI CHILISCHOTE
3 EL	ERDNUSSÖL
	SOJASAUCE
	BABYMAISKOLBEN

- Shiitakepilze mit Sesamöl marinieren
- gerüstete Bohnen im Salzwasser knackig weich kochen

- Frühlingszwiebel längs halbieren, Knoblauchzehe durchpressen, Ingwerwurzel schälen und in Scheiben schneiden, rote Chilischote längs schneiden, im Wok oder in der Bratpfanne heiss anbraten
- Bohnen dazugeben und fertig braten, mit Sojasauce würzen und warm stellen

- marinierte Shiitakepilze beidseitig in Erdnussöl braten oder grillieren
- Bohnen dekorativ auf Teller verteilen und die vorbereiteten Pilze darauf legen

Schweiz. Natürlich. BIOSUISSE