Artikel vom 10.04.2024 · Ausgedruckt am 20.11.2026, 23:31 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/frittierter-portobello-auf-tomaten-avocado-salat

Frittierter Portobello auf Tomaten-Avocado-Salat



Foto: Nadine Hörster

Zutaten (für 4 Personen):

4 Portobello,

1 bis 2 Eier,

2 EL Mehl,

Semmelbrösel,

Salz,

Pfeffer,

Öl zum Ausfrittieren,

3 große Tomaten,

1 Gurke,

1 Avocado,

1 rote Paprika,

2 Lauchzwiebeln,

Olivenöl,

Balsamicocreme,

etwas Zitronensaft,

4 Burrata.

Zubereitung: Die Pilze putzen und vom Strunk befreien, eventuell mit einem Löffel vorsichtig aushöhlen. Eier in einer Schale verquirlen. Mehl mit etwas Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und in eine dritte Schüssel die Semmelbrösel mit Salz und Pfeffer. Die geputzten Portobello-Pilze zuerst im Mehl und dann in der Eimasse wenden, danach rundherum mit Semmelbröseln panieren. Tomaten waschen, halbieren, Strunk entfernen, Kerne entfernen und nur das Fruchtfleisch in Streifen schneiden. Gurke waschen, halbieren, auch hier die Kerne mit einem Löffel entfernen und in halbe Scheiben schneiden. Lauchzwiebeln waschen, Wurzel abschneiden und in schräge Scheiben schneiden. Paprika waschen, vierteln, entkernen und in Streifen schneiden. Avocado halbieren, aus der Schale höhlen und den Stein entfernen, in grobe Würfel schneiden. Alles zusammen mischen, mit Olivenöl, Balsamicocreme, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Burrata aus der Packung nehmen und abtropfen lassen. Öl erhitzen und die panierten Pilze goldgelb ausbacken, dabei gelegentlich wenden, auf Krepp abtropfen lassen. Tomaten-Avocado-Salat auf Tellern anrichten, Pilz und Burrata daraufsetzen und mit Ajoli servieren.