

die Ebenrainköchin empfiehlt...

## Gefüllter Riesen-Champignon

Monatsmenü Februar 2018 / 4 Personen



### Füllung

<p>8 Riesenchampignons, geputzt</p> <p>Salz und Pfeffer</p> <p>wenig Olivenöl</p> <p>1 Knoblauchzehe, gepresst</p> <p>Champignonstiele geschnitten</p> <p>80 g Spinat, frisch</p> <p>1 Eigelb</p> <p>2 EL saurer Halbrahm</p> <p>60 g Schweizer Blauschimmelkäse</p> <p>Salz, Pfeffer</p> <p>2 EL Pinienkerne</p>	<p>Stiele vorsichtig aus den Champignons herausdrehen und in kleine Würfel schneiden</p> <p>Champignons in der Vertiefung würzen, beiseite stellen</p> <p>in der Pfanne erhitzen</p> <p>andünsten</p> <p>Zugeben und 2-3 Minuten mitkochen bis die Flüssigkeit verdunstet ist</p> <p>Pfanne vom Herd nehmen</p> <p>gut mischen</p> <p>würzen</p> <p>Füllung in die Champignons verteilen</p> <p>darüber streuen</p> <p>Champignons bei 200 °C in der Ofenmitte 15-20 Minuten backen</p>
---	---

## ErnährungPlus

mehr als essen und trinken

**Sauce**

wenig	Olivenöl	in der Pfanne erhitzen
1	kleine Zwiebel oder Schalotte, gehackt	andünsten
1 dl	Bouillon	ablöschen und kurz aufkochen lassen
		Champignons mit der Sauce auf dem Teller anrichten

Dazu passt Reis als Beilage

Die Ebenrainköchin wünscht "ä Guete"