

die Ebenrainköchin empfiehlt...

## Linsen-Griess-Schnitten



Monatsmenü März 2019 / 4 Personen

### Schnitten:

150 g	Braune Linsen	mit reichlich Wasser bedecken, aufkochen und zugedeckt 30-40 Minuten weich garen danach gut abtropfen lassen.
5 dl	Milch	
20 g	Butter	Milch und Butter zusammen aufkochen.
150 g	Mittelfeiner Griess	unter Rühren einrieseln und zugedeckt auf kleinem Feuer während 20 Minuten ausquellen lassen.
1	Bund Petersilie	Fein hacken.
1	Bund Schnittlauch	In Röllchen schneiden.
1	Ei	Linsen, Kräuter und das Ei zügig unter den noch heissen Griess rühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Den Griess Ca. 1 ½ cm dick auf ein mit Backpapier belegtes Blech ausstreichen und erkalten lassen.
	Salz und Pfeffer	

### Sauce:

20 g	Getrocknete Steinpilze	Gründlich kalt spülen, in 1dl warmem Wasser einweichen.
1	Grosse Schalotte	Schalotte, Knoblauch und Steinpilze fein hacken. Das abgeseibte Steinpilzwasser beiseite stellen.
1	Grosse Knoblauchzehe	Pilze, Schalotte, Knoblauch im Butter andünsten.
1	Teelöffel Butter	
1 dl	Weisswein, Steinpilzwasser	Ablöschen, bei grosser Hitze zur Hälfte einkochen lassen.
200 g	Champignons	Vierteln, am Schluss zugeben und 2-3 Min. mitkochen.
1 dl	Halbrahm	Zur eingekochten Pilzsauce geben, kochen bis die Sauce cremig bindet.
	Salz, Pfeffer	Die Linsen-Griess-Masse in beliebige Stücke schneiden In einer Bratpfanne beidseitig goldbraun braten.
1 EL	Bratbutter	Serviervorschlag: mit Rosenkohl und Rüeblisalat ergänzen.

Die Ebenrainköchin wünscht "ä Guete".

**ErnährungPlus**  
 mehr als essen und trinken