

# Pilzgulasch mit Gemüse-Rösti

## Zutaten für das Pilzgulasch (für 4 Personen):

- 750 g gemischte Pilze
- 2 Frühlingszwiebeln
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Schote Chili
- 0,5 Bund Petersilie
- 1,5 EL Apfelbalsam
- 200 g saure Sahne
- 2,5 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Pilze (z.B. Champignons, Austernpilze, Kräuterseitlinge, Shiitake) putzen und in größere Stücke oder Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Knoblauch fein würfeln, Zwiebeln in Lamellen teilen. Frühlingszwiebeln säubern, den weißen Teil in feine, den grünen in etwas dickere Ringe schneiden. Chilischote entkernen und in feine Streifen schneiden. Petersilie waschen, trocknen und hacken.

Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen und die Pilze darin anbraten. Nach 1-2 Minuten Zwiebeln dazugeben und ebenfalls etwas anrösten. Nun den Essig angießen. Flüssigkeit verteilen und damit den Bratenansatz lösen. Hitze reduzieren, dann Chili, Knoblauch, die hellen Frühlingszwiebeln und die Petersilie hinzufügen. 2-3 Minuten fertig braten, dann die saure Sahne hinzufügen (etwa 2 EL beiseitestellen).

Das Gulasch mit Salz und Pfeffer würzen und die dunkelgrünen Frühlingszwiebeln dazugeben. Kurz vor dem Servieren die restliche saure Sahne locker im Gulasch verrühren. Es sollten noch weiße Streifen zu sehen sein.

## Zutaten für die Rösti:

- 2 Möhren
- 1 Pastinake
- 0,2 Spitzkohl
- 1 rote Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 Eier
- 2,5 EL Kartoffelstärke
- 1,5 TL Harissa
- alternativ: Curry
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- frische Kräuter
- alternativ: Sprossen

Gemüse schälen oder säubern. Möhren und Pastinake in grobe Stücke raspeln, Spitzkohl und Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Das vorbereitete Gemüse in eine Schüssel geben und gut mit Eiern und Kartoffelmehl vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und Harissa pikant würzen.

Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Eine Handvoll Gemüse aus der Schüssel nehmen und etwas Flüssigkeit ausdrücken. Das Gemüse in die Pfanne geben und andrücken. Das restliche Gemüse ebenfalls in Portionen teilen und in die Pfanne geben. Bei mittlerer Temperatur langsam und vorsichtig goldgelb braten. Das dauert mindestens 5 Minuten. Dabei ein-

bis zweimal wenden.

Pilzgulasch auf Teller geben und Rösti dazu servieren. Mit Kräutern und Sprossen garnieren.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 14.01.2024

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)