



Pilz Burger, vegetarisch

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : ' ' });
```

Schmecken super, auch Fleisch-Fans werden den Unterschied nicht auf Anhieb schmecken

Zutaten

- 500 g gemischte Pilze wie Champignons, Schafspilze, Pfifferlinge etc. nach Marktlage
- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 1-2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt, nach eigenem Geschmack
- 60 g Cashew Kerne, gehackt
- 1 kleines Bündchen Petersilie oder Schnittlauch, gehackt
- Brotbrösel von 3 Scheiben Toastbrot ohne Rinde
- 1 ganzes Ei
- 1 Tl Senf
- 2 EL Bio Sonnenblumen Öl
- Sonnenblumenkern-Brötchen
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Pilze säubern, putzen, nicht waschen, sondern mit einer kleinen Bürste säubern; klein schneiden, hacken.

Schritt2

Die Cashew Kerne in Bio - Sonnenblumenöl anschwitzen, Farbe und Aroma nehmen lassen.

Schritt3

Die Zwiebeln und den Knoblauch dazu geben, glasig werden lassen. Die Platte hoch schalten und die vorbereiteten Pilze dazu geben. Scharf an braten, ev. austretenden Pilz Fond völlig reduzieren. Den Senf verrühren, salzen, pfeffern, vom Feuer nehmen, abkühlen lassen.

Schritt4

Die Petersilie, die Brothrüsel und das Ei dazu geben. Alles gut vermengen und mit feuchten Händen beliebig große Burger formen.

Schritt5

In heißem Sonnenblumen Öl 2- 3 min. bei mittlerer Hitze knusprig braten.

Schritt6

Anrichtevorschlag:

Schritt7

Auf kross getoastetem Sonnenblumenkern-Brötchen und einigen Salatblättern anrichten und die Gekonntgekocht Tomaten-Salsa dazu reichen.

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/pilz-burger-vegetarisch/>