

Champignon-Puffer mit Spinat-Salat

Für zwei Personen

400 g weiße Champignon	250 g junger Spinat	100 g Himbeeren, Tk
1 Zitrone	2 Tomaten, klein	1 Zwiebel, klein
1 Knoblauchzehe	3 frische Eier	50 g kernige Haferflocken
3 EL blütenzarte Haferflocken	3 EL Weizenvollkornmehl	6 geschälte Walnüsse
2 Stiele Basilikum	1/2 Bund Schnittlauch	1 Bund Petersilie
150 g Sahnequark, 40%	150 g Vollmilchjoghurt	2 EL Weißwein
5 EL Butter	1 EL Walnussöl	1 EL Himbeeressig
weißer Pfeffer	Zucker, Salz, Pfeffer	

Die Champignons putzen und klein mixen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Saft zu den Champignons geben. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen, würfeln und in einem Esslöffel Butter andünsten. Die Eier verquirlen und mit den Zwiebeln, dem Knoblauch und den Champignons mischen. Beide Haferflockensorten und das Mehl darunter rühren, die Masse mit Salz und Pfeffer würzen und zehn Minuten quellen lassen. Den Spinat verlesen und gründlich waschen und trocken schleudern. In einer Pfanne den Zucker mit dem Weißwein und einem Esslöffel Butter auflösen, darin die Walnüsse unter Rühren karamellisieren und anschließend auf einen Teller geben. Einige Himbeeren zerdrücken und mit dem Himbeeressig und dem Walnussöl verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Spinat mit dem Dressing marinieren und die Walnüsse unterheben. Die Petersilie waschen und klein hacken. Zwei Esslöffel Petersilie zu den Champignons geben. Den Quark, den Joghurt und die restliche Petersilie verrühren. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden und ebenfalls zu dem Quark geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Drei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen. Aus dem Champignonteig Puffer formen und in der Butter anbraten. Die Tomaten waschen und achteln, dabei den Stielansatz ausschneiden. Die Champignonpuffer mit dem Spinatsalat auf einem Teller anrichten und den Kräuterquark dazugeben. Mit dem Basilikum garnieren und servieren.

Simone Bindseil am 25. September 2012