

Gebackene Pilze, Pinienkern-Kräuter-Füllung, Avocado-Dip

Für zwei Personen

Für die gebackenen Pilze:

8 große braune Champignons	2 getrocknete Tomaten (in Öl)	1 große rote Zwiebel
4 EL Olivenöl	20 g Pinienkerne	1 EL Cashewmus
$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	1 Zweig Oregano	60 g Semmelbrösel
Meersalz	Salz	schwarzer Pfeffer

Für den Avocado-Dip:

1 Avocado	1 Zitrone	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-und Unterhitze vorheizen.

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Pilze putzen, den Stiel herausbrechen und vorsichtig die Lamellen mit einem Teelöffel herauskratzen. Die Tomaten waschen und fein hacken. Das Basilikum waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Acht Blättchen für die Garnitur aufheben und den Rest fein hacken. Den Oregano fein hacken.

Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze drei Minuten anbraten. Die Pinienkerne, den Oregano und die Tomaten dazugeben und weitere zwei Minuten braten. Das Cashewmus und drei Esslöffel Wasser dazugeben und unterheben. Wenige Sekunden weitergaren, dann vom Herd nehmen. Die Semmelbrösel und das Basilikum unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Champignons von außen mit dem restlichen Öl bepinseln und leicht salzen. Mit der Füllung füllen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und auf der mittleren Schiene zehn bis 15 Minuten backen.

Für den Dip die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Avocado mit einer Gabel zerdrücken und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die gefüllten Champignons auf Tellern anrichten, mit den Basilikumblättchen garnieren und den Avocado-Dip dazu servieren.

Daniel Suckrow am 28. April 2015