

**Rainer Klutsch
Pilz-Toast mit Karottensalat****Mittwoch, 16. Oktober 2024
Rezept für 4 Personen**

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: leicht
Heimatküche

Zutaten:

Für den Karottensalat:

800 g Karotten
1 EL heller Balsamico
2 EL Rapsöl
80 ml Orangensaft (am besten frisch gepresst)
etwas Salz
1 Prise Zucker

Für Toasts und Gratsauce:

etwas Olivenöl
8 Scheiben Toastbrot
1 kleine rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
500 g gemischte Speisepilze
1 Bund glatte Petersilie
etwas Salz
etwas Pfeffer
70 g Butter
40 g Parmesan
1 Bund Schnittlauch
80 ml Weißwein
3 Eigelb

Zubereitung:

1. Für den Salat die Karotten waschen, schälen und auf einer Küchenreibe oder mit der Küchenmaschine grob raspeln.
2. Essig, Öl, Orangensaft, etwas Salz und 1 Prise Zucker gut miteinander verrühren und mit den geraspelten Karotten vermischen, nochmals abschmecken und 30 Minuten durchziehen lassen.
3. Für die Toasts portionsweise jeweils etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Toastbrotsscheiben darin nach und nach von beiden Seiten goldgelb anrösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
4. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.
5. Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden.
6. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
7. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel darin andünsten. Knoblauch und Pilze zugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und Petersilie untermischen.
8. Für die Sauce die Butter in einem Topf schmelzen und bräunen. Den Parmesan fein reiben. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
9. Weißwein und Eigelbe in einen Schlagkessel geben und mit einem Schneebesen über einem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen, bis die Mischung dicklich wird.
10. Schüssel vom Wasserbad nehmen. Die flüssige gebräunte Butter langsam unter den Eischaum rühren. Parmesan und Hälfte Schnittlauch untermischen. Die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken.

11. Höchste Stufe Oberhitze oder Grillfunktion des Backofens vorheizen.
12. Brotscheiben nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und die Pilze darauf geben.
13. Sauce auf der Pilzmasse verteilen und im heißen Backofen kurz überbacken.
14. Überbackene Toasts auf Teller verteilen, mit übrigem Schnittlauch garnieren. Karottensalat dazu reichen.

Pro Portion: 620 kcal/2580 kJ
39 g Kohlenhydrate, 16 g Eiweiß, 43 g Fett