

Salat mit Pfifferlingen in Wildkräuteröl

Vegane Küche, Vorspeisen

Wer sich mit Wildkräutern auskennt, wird diese besondere Vorspeise zu schätzen wissen. Mit selbst gesammelten Kräutern und in Rapsöl confiert, bekommen Pfifferlinge in diesem Rezept von [Anja](#) eine außergewöhnliche Note. Serviert auf einem schönen Salat werden Pilze so zum Herbst-Highlight. Essbare Wildkräuter sind zum Beispiel Gundermann, Scharfgarbe, Knoblauchrauke, Gänseblümchen, Brennnessel, Franzosenkraut, Oregano, Sauerampfer oder Waldsauerklee.



Zutaten für 4 Personen Portionen:

500 Gramm	Pfifferlinge
150 Milliliter gutes	Rapsöl
1-2 Handvoll	Wildkräuter
1 Teelöffel	Salzflocken
1 Teelöffel	Piment d´esplette
200 Gramm	Wildkräutersalat
3 Esslöffel	Olivenöl
	Pfeffer
	Zitrone Bio

1. Den Backofen auf 50 bis 60 Grad vorheizen Die Pfifferlinge mit einem Pinsel gründlich reinigen und trockene, sehr weiche oder schadhafte Stellen mit einem Messer entfernen. in eine Schüssel geben und die Hälfte der Salzflocken und das Piment d´esplette dazu geben.

Die Wildkräuter waschen und trocknen. Zusammen mit dem Rapsöl in einem hohen Gefäß fein zerkleinern. Zu den Pfifferlingen in die Schüssel geben und alles gut vermengen.

Die Mischung in einen Vakuierbeutel geben und verschweißen. Wer kein Vakuiergerät hat, gibt die Mischung in eine Auflaufform. Dann sollte noch etwas Öl nachgegeben werden, damit alle Pilze möglichst bedeckt sind. Beutel oder Auflaufform etwa eine halbe Stunde im Ofen ziehen lassen.

In der Zwischenzeit den Salat waschen und trocknen. In eine Schüssel Olivenöl, die restlichen Salzflocken und zwei Esslöffel Zitronensaft geben und gut vermengen. Den Salat in die Schüssel geben und unter das Dressing heben. Auf Vorspeisenteller verteilen.

Autor: Anja Henn

Die Pfifferlinge aus dem Ofen nehmen und in ein Sieb geben, damit ein Großteil des Öls entfernt wird. Dieses kann zum Kochen oder für Dressings weiter verwendet werden. Dann die Kräuter Pfifferlinge auf dem Salatbett anrichten, ggf. noch etwas vom Kräuteröl darüber träufeln und genießen.

Arbeitszeit: ca. 45 Minuten

Gesamtzeit ca. 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Einfach