


Fantastisch klassisch: die Pilzsauce für Fleisch



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 30 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 0.5** Zwiebel
- 1** Knoblauchzehe
- 300 g** Pilze, z.B. Champignons, Eierschwämmchen usw
- 1 Bund** Peterli
- 2 Zweige** Majoran
- 1 EL** HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöll
- 1.5 dl** Weisswein
- 2 dl** Gemüse- oder Hühnerbouillon
- 1 dl** Rahm
- 1 TL** Speisestärke
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- nach Belieben etwas Cognac oder Whiskey

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 166** kcal
- 3 g** Eiweiss
- 3 g** Kohlenhydrate
- 11 g** Fett

 Glutenfrei

 enthält Laktose

Zubereitung

- 1** Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Pilze rüsten und je nach Sorte halbieren oder in Scheiben schneiden. Kräuter hacken.
- 2** In einer Bratpfanne das Öl erhitzen und die Pilze darin anbraten. Zwiebeln und Knoblauch beifügen und mitbraten. Weisswein dazugießen und aufkochen lassen. Alles in ein Sieb abgiessen, dabei den Pilzsaft auffangen.
- 3** In einer Pfanne Pilzsaft und Bouillon auf 1,5 dl einkochen lassen. Rahm und Stärke verrühren, zur Sauce geben und 2 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und nach Belieben mit etwas Cognac oder Whiskey verfeinern.

4

Pilze und Kräuter beifügen und die Sauce zum Fleisch servieren.

Tipp

Die klassische Pilzsauce mit Weisswein ist ideal zu hellem Fleisch wie Poulet, Kalbs- oder Schweinefleisch. Für kräftigeres Fleisch wie Rind-, Lamm- oder Wildfleisch ersetzen Sie den Weisswein mit Rotwein oder rotem Portwein.