

# Gebackene Kräuterseitlinge auf Salat

- 
- 🕒 25 Minuten
  - 👤 2 Portionen
  - 📊 Schwierigkeit: 1 von 3
  - Vegetarisch

## Zutaten

300 g Kräuterseitlinge  
150 g Feldsalat  
1 kleiner Bund Schnittlauch  
1 Knoblauchzehe  
12 Cocktailtomaten  
6 EL Olivenöl  
2 EL Weißweinessig  
5 EL geriebener Parmesan  
Salz und Pfeffer  
Honig

## Zubereitung

Die Kräuterseitlinge vorsichtig säubern. Den Feldsalat waschen und trocknen. Die Tomaten waschen und halbieren. Den Schnittlauch waschen, trocknen und in Röllchen schneiden.

Den Ofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Pilze längs in Scheiben schneiden auf ein Blech mit Backpapier geben, mit 3 EL Olivenöl bestreichen und mit der Hälfte des Knoblauchs und 2 EL Parmesan bestreuen. Im heißen Ofen 5 - 10 Min. backen.

Das übrige Öl, den Essig, den restlichen Knoblauch und Parmesan verquirlen, salzen und pfeffern und den Schnittlauch unterrühren.

Feldsalat und Tomaten auf zwei Teller verteilen und mit dem Dressing beträufeln. Die Pilze darauf anrichten.

---

## Nährwerte pro Portion

Kalorien 385 kcal / Kohlenhydrate 9 g /  
Protein 12 g / Fett 32 g

Erfahre mehr  
über uns unter:  
**biopilzhof.de**

