



STEINPILZ-PASTETCHEN

braucht etwas Geduld

Für 2 Personen

Füllung:

200 g Steinpilze

1/2 Schalotte

1 Teelöffel Bratbutter

1 Teelöffel Mehl

2 Esslöffel Sherry

1 dl Weisswein

1/2 Becher Saucehalbrahm (90 g)

Salz, Pfeffer aus der Mühle

wenig Schnittlauch

Pastetchen:

1 Packung ausgewählter Blätterteig,
rechteckig (320 g)

1 Ei

1. Für die Pastetchen aus Karton eine Pilzschablone schneiden, Grösse ca. 12 cm. Auf den Teig legen und vier Pilze ausschneiden. Bei zwei Pilzen innen einen kleineren Pilz heraus schneiden, so dass ein 2 cm breiter Rand bleibt (A).

Das Ei trennen. Die beiden Teigböden auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Dicht mit der Gabel einstechen und dem Rand nach mit Eiweiss bestreichen. Die Teigränder darauf setzen. Vorsichtig mit zerquirtem Eigelb bepinseln, ohne dass dieses über die Schnittkanten läuft. 30 Minuten im Kühlschrank oder 10 Minuten im Tiefkühler kühl stellen.

2. Die Pastetchen in der unteren Hälfte in den 180° heissen Ofen schieben und ca. 20 Minuten backen.

3. Währenddessen die Füllung zubereiten: Die Pilze unten frisch anschneiden und mit einem Pinsel reinigen. Längs in Scheiben schneiden. Schalotte fein hacken.



4. In einer Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Die Pilze unter sorgfältigem Wenden braten, gegen Ende die Schalotte mitdünsten. Das Mehl fein darüber stäuben, wenden. Sherry und Weisswein dazugießen. Kurz durchkochen, dann den Saucenrahm dazurühren und aufkochen. Vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Die Pastetchen auf zwei vorgewärmte Teller setzen und füllen. Den Schnittlauch mit der Schere direkt über der Füllung in feinste Röllchen schneiden.

Pro Person ca. 9 g Eiweiss, 42 g Fett,
47 g Kohlenhydrate, 2750 kJ/655 kcal

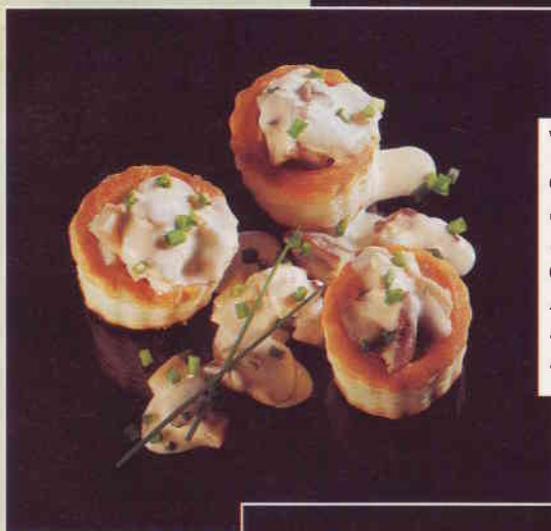
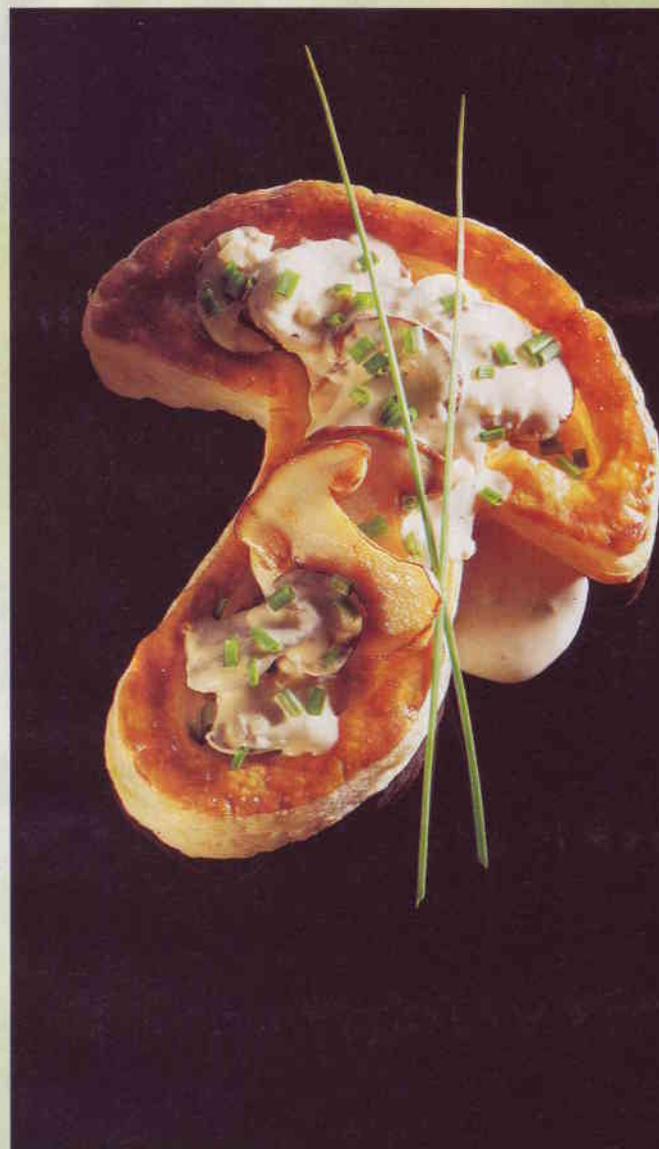
Hinweis

● Wenn Sie getrocknete Steinpilze verwenden, nehmen Sie 20 g und weichen sie 10 Minuten ein.

● Oder Sie verwenden 15 g getrocknete Steinpilze und 100 g frische Champignons.

● Statt pilzförmige können Sie auch runde, dreieckige oder quadratische Pastetchen machen, das ist etwas einfacher.

● Aus den Teigresten (es bleiben ca. 120 g übrig) stechen Sie verschiedene Formen aus und backen Feuilletés. Man kann sie gut einfrieren. Sie sind dekorativ auf Suppe, Fleisch oder Salat.



Vorspeise für vier

● Die Steinpilze grob hacken, dann die Füllung gemäss Rezept zubereiten.

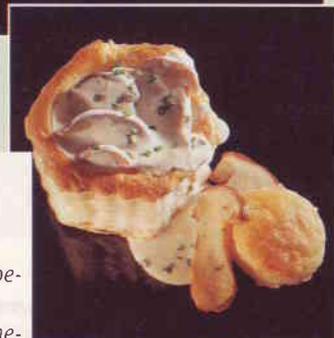
● 12 Mini-Pastetli 3 Minuten bei 200° aufbacken. Anrichten, füllen und die restliche Füllung darum herum verteilen.



Mit fertigen Pastetli

● Die Füllung gemäss Rezept zubereiten.

● Bei den Pastetchen den Deckel heraus schneiden. Pastetchen 4 Minuten bei 200° aufbacken, während den letzten 2 Minuten die Deckel ebenfalls in den Ofen geben.



Auch fein...

...und günstiger: Frische Steinpilze zur Hälfte durch Champignons ersetzen.