

Carpaccio von gebratenem Kürbis mit Eierschwämmli



Zubereitungszeit

20 Minuten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 150 kcal

Eiweiss: 3 g

Fett: 11 g

Kohlenhydrate: 9 g

Tipps zu diesem Rezept

- Dazu passen Kürbiskernbrötli.

Zutaten für 4 Portionen

600 g	Kürbis, z. B. Muscade de Provence
	Olivenöl zum Braten und Beträufeln
200 g	Eierschwämmli
1	Zwiebel
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
0.5	Zitrone
4 Zweige	Thymian

Zubereitung

1. Kürbis schälen und entkernen. In dünne Scheiben schneiden. In einer weiten beschichteten Pfanne in wenig Öl portionenweise beidseitig kurz braten. Auf Teller verteilen. Pilze putzen. Zwiebel hacken und im Bratsatz 1 Minute andünsten. Pilze dazugeben. 3-4 Minuten bei mittlerer Hitze weiterdünsten. Über den Kürbis verteilen. Alles mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Zitronensaft darüber pressen. Mit Öl beträufeln. Thymian darüber zupfen. Warm oder kalt servieren.