

aromuli

... für di' & mi'

Rezept für dich zum Nachkochen

aromuli©-Küche



EIERSCHWAMMERL MIT GETROCKNETEN TOMATEN

mit aromuli© SONNENKUGELN

VEGETARISCH



Zubereitungsdauer: etwa 20 Minuten

Schwierigkeitsgrad: leicht

Empfohlene Beilagen: Tomatensalat, Kartoffel

aromuli© e.U. - Ätherische Öle auf Xylitkugeln zum Lutschen und Würzen

A-8051 Graz • Wiener Str. 199/6 • Tel.: +43 (0)316 681500-0 • Fax: DW 15 • Internet: www.aromuli.at
E-Mail: office@aromuli.at • UID: ATU56739417 • FN 428505 f LG f. ZRS Graz • DVR: 4012824

aromuli

... für di' & mi'

Rezept für dich zum Nachkochen

aromuli©-Küche

Zutaten für 4 Portionen:

700g	regionale Eierschwammerl (Pfifferlinge)
1	Zwiebel
100g	getrocknete Tomaten
50g	getrocknete Kürbiskerne
5 EL	Süßrahm
15 Stk.	aromuli©- SONNENKUGELN
	Salz
	Pfeffer
	Paprikapulver, edelsüß
	Öl



Zubereitung

1. Zwiebel schälen, klein schneiden und in eine Pfanne geben. Eierschwammerl wenn nötig putzen, dann halbieren und in feine Scheiben schneiden.
2. Zwiebeln in der Pfanne mit Öl anbraten, bis die Zwiebel glasig sind. Dann die Eierschwammerl dazu geben und weiter rösten. Wenn die Schwammerl anfangen zusammen zu fallen, Süßrahm hinzugeben und die Soße nun bei kleiner Hitze köcheln lassen.
3. Währenddessen die getrockneten Tomaten hacken und bereitstellen. Zum Schluss die Kürbiskerne, zerkleinerten Tomaten und aromuli unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Tipp:

Als vegane Alternative für den Süßrahm kann auch Hafersahne genommen werden!

Rezept by Mara Luef.

**Gutes Gelingen und guten Appetit
wünscht dir dein aromuli©-Team!**

aromuli© e.U. - Ätherische Öle auf Xylitkugeln zum Lutschen und Würzen

A-8051 Graz • Wiener Str. 199/6 • Tel.: +43 (0)316 681500-0 • Fax: DW 15 • Internet: www.aromuli.at
E-Mail: office@aromuli.at • UID: ATU56739417 • FN 428505 f LG f. ZRS Graz • DVR: 4012824