

# Gebratene Kräuterseitlinge



## Zutaten für 3 Personen:

250 g Kräuterseitlinge  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
Salatblätter als Deko

1. Kräuterseitlinge vorsichtig mit einem Küchentuch abreiben. Längs in 5-6 mm dicke Scheiben schneiden.
2. Olivenöl mit einer halbierten Knoblauchzehe in einer beschichteten Pfanne aromatisieren. Knoblauch wieder herausnehmen.
3. Pilzscheiben einlegen und auf jeder Seite ca. 3 Minuten braten. Dann leicht salzen und pfeffern. Auf Salatblättern anrichten. Möglichst sofort servieren, die Pilze sollen noch heiß sein.

## Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 15 min, Vorspeisen, Pilze, vegetarisch, mediterran

Rezept und Foto: Walter  
Stand 23.01.2023