

Pilzpfanne

45 Pt



Zutaten

- 2 Zwiebeln
- 200 g Speck
- 1200 g Waldpilze
- Salz
- Pfeffer
- 500 ml trockener Weißwein
- 500 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Mehl
- 8 EL Sahne
- 1/2 Bund gehackte, frische Petersilie

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und hacken. Den Speck würfeln. Die Speckwürfel in einer Pfanne auslassen und die Zwiebel darin andünsten.
2. Die Pilze putzen, gründlich bürsten und größere Exemplare klein schneiden. Die Pilze in die Pfanne geben und 5 Minuten zugedeckt dünsten. Dann Wein und Brühe zugeben und alles weitere 10 Minuten köcheln.
3. Das Mehl mit der Sahne verrühren und die Pilzpfanne damit andicken. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren. Dazu schmecken Semmelknödel.

Eiweiß: 28 g
Kohlenhydrate: 12 g
Fett: 16 g