



Shiitake-Piccata

Schöne, grosse Shiitake-Pilze und ein guter Tipp von Astrid am Bio-Gemüsestand am Dorfmarkt in Robenhausen: Pilz-Piccata mit Shiitake.

Shiitake sind zwar nicht besonders aromatisch, aber sie überzeugen mit einem wohlgefalligen Pilzaroma. Gebraten mit einer Panade aus Ei und Parmesan sind sie jedenfalls eine Versuchung wert. Sie besitzen die Geschmacksqualität umami, die nebst süss, salzig, bitter und sauer mittlerweile als wahrnehmbare Geschmacksrichtung anerkannt ist. Umami ist mitbestimmend für den Geschmack von Fleisch, Hülsenfrüchten und eben auch von einigen Pilzarten.

Dazu passt Gemüse, zum Beispiel ein gutes Ratatouille ausgezeichnet.

Zutaten (1 Portion)

160g	grosse Shiitake (4 Stück)
1	Ei
30g	Parmesan oder Sbrinz
1/2Tl	Mehl
etwas	frische Petersilie
	Pfeffer und wenig Salz
	Rapsöl

Zubereitung

Ei in einen Suppenteller geben und verquirlen. Petersilie fein hacken. Käse ganz fein raspeln. Beides unter das Ei mischen, mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Die Panade sollte recht dickflüssig sein (ev. etwas mehr Käse dazureiben).

Pilze mit einem trockenen Tuch oder mit den Fingern putzen. Schaft herausschneiden. Mehl in ein Sieb geben und die Pilze damit bestäuben.

Pilze in der Panade wenden, drauf achten, dass auch die Innenseite des Hutes gut mit der Panade belegt ist.

Pilze in Rapsöl bei mittlerer Temperatur ca. 8-10 Minuten braten.





