

Champignons aus der Heißluftfritteuse

Zutaten für 2 Portionen

- 400 g Champignons
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Petersilie (gehackt)
- ½ TL Salz
- 1 TL Paprikapulver
- Pfeffer



Für die Knoblauchsoße:

- 200 g griechischer Joghurt
- ½ TL Salz
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Schnittlauch (in Röllchen geschnitten)

Arbeitszeit: ca. 15 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 15 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 30 Minuten

Zubereitung:

- 1. Putze die Champignons. Schäle die Zwiebeln und schneide sie in Scheiben. Gib die Champignons mit den Zwiebeln und der gehackten Petersilie in eine Schüssel.
- 2. Mische das Olivenöl mit Salz, Paprikapulver und Pfeffer. Presse die Knoblauchzehe dazu. Verrühre die Marinade und mische sie mit den Pilzen.
- 3. Gib die Champignons in den Garkorb und backe sie 15 Minuten bei 160 Grad. Schüttel den Korb nach der Hälfte der Garzeit durch.
- 4. Bereite währenddessen die Knoblauchsoße zu. Presse dazu den Knoblauch in eine Schüssel und verrühre ihn mit den anderen Zutaten. Serviere die Champignons mit der Knoblauchsoße



Jenny Böhme - familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.

