

Sommer Gerstencreme mit Steinpilzen

VEGAN

Zutaten Gerstencreme

Für den Steinpilz-Fond:

- 400 g Schalotten
- 50 g frische Shiitakepilze
- 250 g Steinpilze
- 100 g Knollensellerie
- 20 ml Olivenöl
- 200 ml weißer Portwein
- 2 l Gemüsefond
- Salz (optional)
- 1 Zweig Thymian
- 2 Stiele Petersilie
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Wacholderbeeren

Für die sautierten Steinpilze:

- 200 g Steinpilze
- 80 g Butter und etwas mehr zum Montieren
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zweig Thymian
- 2 Stiele Petersilie

Für den Pilz-Fond die **Schalotten** abziehen, halbieren und 1 cm groß schneiden. Die **Pilze** putzen und grob schneiden. Den **Knollensellerie** waschen und grob schneiden.

Das **Öl** in einem Topf leicht bräunen. Die Pilze und den Sellerie dazugeben, 3–4 Minuten auf mittlerer Stufe anrösten. Mit dem **Portwein** ablöschen, diesen zur Hälfte reduzieren lassen. Mit dem **Gemüsefond** aufgießen und nochmals die Flüssigkeit bis zur Hälfte leise einköcheln lassen. Evtl. mit etwas **Salz** nachwürzen.

Inzwischen den **Thymian** und die **Petersilie** waschen und trocken schütteln. Den **Knoblauch** abziehen und andrücken. Die Sauce durch ein Sieb passieren, Thymian, Knoblauch, Petersilie und **Wachholder** zugeben und ziehen lassen.

Für die sautierten Steinpilze die **Pilze** putzen und je nach Größe schneiden. Die Pilze mit der **Butter** in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze langsam leicht braun anbraten. Den **Knoblauch** abziehen, andrücken, den **Thymian** waschen, beides dazugeben. Alles mit 200 ml Steinpilz-Fond aufgießen und reduzieren, mit Butter montieren (s. Info Seite 111), bis eine samtige Sauce entsteht. **Petersilie** waschen, trocken schütteln, Blättchen fein schneiden und in die Pfanne zugeben.

Die vorbereitete **Gerstencreme** erwärmen, auf einen Teller geben und die Pilze mit der Sauce darauf anrichten.

→ Die Steinpilze erhalten beim Braten bei geringer Hitze einen filigraneren Geschmack. Durch das langsame Anbraten wird der Pilz leicht karamellisiert. Bei starker Hitze erhalten sie eine leichte, unpassende bittere Note.

→ Dieses Rezept kann auch mit anderen saisonalen Pilzen abgewandelt werden.

Grundrezepte

Zutaten

Gerstenmehl

450 ml Olivenöl (bei Methode 1)
500 g Gerste

Gerstencreme

20 g gebräunte Butter (Nussbutter)
25 ml Olivenöl
250 g Gerstenmehl (gemahlen; s. voriges Rezept)
400 ml Gemüsefond
100 ml Sahne
Salz
frische Kräuter nach Belieben
1 TL Leinöl

Vegane Gerstencreme

25 ml Olivenöl
250 g Gerstenmehl (s. Rezept oben)
500 ml Gemüsefond
50 ml Hafermilch
Salz
frische Kräuter nach Belieben
3 TL Leinöl oder Haselnussöl

Gerstenmehl

Methode 1: Für das Gerstenpulver das **Olivenöl** in einer Pfanne oder einem Topf auf 195 Grad erhitzen. **Gerste** darin 30 Sekunden puffen lassen und anschließend mit einem Schaumlöffel aus dem Fett nehmen. Auf einem Papier abtropfen und auskühlen lassen. Die ausgekühlte Gerste mit einem Mixer zu feinem Pulver mahlen und durch ein Sieb sieben. Wer kein Sieb zu Hause hat, kann auch darauf verzichten. Die Gerste ist dann etwas gröber.

Methode 2: Die Pfanne ohne Öl erhitzen. Die **Gerstenkörner** darin leicht rösten, bis sie eine leicht bräunliche Farbe annehmen. Dann ist das erwünschte Röstaroma erreicht. Anschließend die Pfanne vom Herd ziehen und Gerste auskühlen lassen.

Die ausgekühlte Gerste entweder in einem Mixer 10 Minuten gut mixen oder mit einer Getreidemühle zu Pulver vermahlen.

➔ *Man kann auch die doppelte Menge Gerste mahlen und in einem verschließbaren Glas abfüllen. Gut verschlossen, kühl und trocken gelagert hält das Gerstenpulver 3–4 Wochen.*

Gerstencreme

In einem Topf die **Nussbutter** und das **Olivenöl** leicht erhitzen. Das **Gerstenmehl** einstreuen und 1–2 Minuten unter ständigem Rühren rösten. Mit dem **Gemüsefond** und der **Sahne** aufgießen und zu einer cremigen Konsistenz aufkochen. Mit **Salz, Kräutern** und dem **Leinöl** nach Belieben abschmecken.

Vegane Gerstencreme VEGAN

In einem Topf das **Olivenöl** leicht erhitzen. Das **Gerstenmehl** einstreuen und 1–2 Minuten unter ständigem Rühren rösten. Mit **Gemüsefond** und **Hafermilch** aufgießen und zu einer cremigen Konsistenz aufkochen. Mit **Salz, frischen Kräutern** und dem **Leinöl** abschmecken.