

Gefüllte Zwiebel | Pilzgulasch

4 (Portionen)

Semmelfülle:

1 kleiner Zwiebel
2 EL Öl
250 g Semmeliwürfel oder Weissbrot-Würfel
500 ml Milch
1 Ei
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
Frische Kräuter
100 g geriebene Karotten



Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Das Öl in eine Pfanne geben und die Zwiebelwürfel darin anschwitzen. Die Milch dazugeben und aufkochen lassen. Die Semmeliwürfel in eine Schüssel geben und mit der heißen Milch übergießen. Die restlichen Zutaten dazugeben und vorsichtig vermengen. Für ca. 10 Minuten ziehen lassen.

2 große Zwiebeln

Die Zwiebeln schälen und oben und unten großzügig abschneiden und halbieren. Die Zwiebelschichten vorsichtig lösen damit ca. 12 – 16 kleine Zwiebelschälchen entstehen. Die Schälchen mit der Semmelfülle füllen und auf ein Blech mit Backpapier stellen.

Die gefüllten Zwiebeln für ca. 20 – 25 Minuten bei 180°C Ober-/Unterhitze in den Backofen schieben.

Die Abschnitte und das Innere der Zwiebel für das Gulasch verwenden.

Pilzgulasch:

250 g Champignons oder andere Pilze
Zwiebelabschnitte
2 EL Öl
1 EL Tomatenmark
1 EL Paprikapulver
½ Liter Gemüsesuppe oder Wasser
Salz, Pfeffer, Kümmel, Majoran
1 TL Maisstärke
50 ml Schlagobers

Die Zwiebelabschnitte kleinschneiden und in etwas Öl goldbraun anbraten. Die Pilze gut waschen, putzen und klein schneiden. Zum Zwiebel geben und mitrösten. Tomatenmark dazugeben und kurz rösten. Die restlichen Gewürze dazugeben und mit Gemüsesuppe aufgießen. Das Gulasch kurz kochen lassen. Die Maisstärke mit kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit binden. Das Gulasch mit etwas Schlagobers verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Gefüllten Zwiebeln auf dem Gulasch anrichten und mit frischen Kräutern garnieren.

Rosa