

# Wildspargeln mit Pilzen „persienart“



|                          |                 |
|--------------------------|-----------------|
| Spargeln                 | 1 Bund 500g ca. |
| Champignons              | 10 mittlere     |
| Kräuterseitlinge         | 5 grosse        |
| Ras el Hanout            | 1 Esslöffel     |
| Persische Gewürzmischung | 2 Essöffel      |
| Safran                   | ½ Teelöffel     |
| Sojarahm                 | 100ml ca.       |
| Pflanzenbutter           | 2 Esslöffel     |
| Wasser                   | 50ml ca.        |
| Salz                     |                 |
| Pfeffer                  |                 |

**Spargeln** waschen und die holzigen Ende abschneiden

**Champignons** waschen und in Streifen schneiden

**Kräuterseitlinge** putzen und in Streifen schneiden

**Pflanzenbutter** in einer Pfanne zum Schmelzen bringen, **Pilze** und **Gewürze** zufügen, und ca. 10 Minuten auf erhöhter Mittelhitze braten

**Spargeln** zufügen, gut durchrühren und weitere 3-5 Minuten braten

**Sojarahm** und **Wasser** zugeben, abschmecken, gut durchrühren – fertig!

soll es mehr Sauce sein, einfach mehr Sojarahm und etwas Wasser zugeben

**Wildspargeln in Bio-Qualität findet Ihr in unserer Umgebung bei Casa dei Saporì, Möriken**