

Pulled Mushroom Burger



Zutaten

4 große Austernpilze
4 EL Olivenöl
1 TL geräuchertes Paprikapulver
½ TL Salz
Pfeffer
3 Knoblauchzehen, gehackt
50 ml BBQ Sauce
1 Zwiebel

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Austernpilze mit zwei Gabeln zerreißen und auf dem Backblech verteilen. Olivenöl, Paprikapulver, Salz, Pfeffer und Knoblauch unter die Pilze mischen und für 20 Minuten backen.

Danach die Pilze vom Blech nehmen und in einer heißen Pfanne mit 1 EL Olivenöl und der BBQ Sauce 3-5 Minuten anbraten. Die Pilzfüllung zusammen mit Zwiebelringen auf einem Burgerbrötchen servieren.