



# Pilz-Bruschetta

Zeit gesamt  
20min

Zubereitungszeit  
20min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| Ciabatta-Brot             | 2 St. |
| Oliven, schwarz           | 100 g |
| Champignons, weiß         | 200 g |
| Parmesan                  | 25 g  |
| Olivenöl                  | 6 EL  |
| Pfeffer, schwarz gemahlen |       |
| Knoblauchzehen            | 1 St. |

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Sieb, feine Reibe, Küchenpapier

1. Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Ciabatta in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, auf ein Ofenrost legen, im Ofen ca. 8 Min. goldbraun rösten.
2. Inzwischen Oliven abtropfen und fein hacken. Pilze ggf. mit Küchenkrepp säubern und fein würfeln. Parmesan fein reiben.
3. In einer Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, Pilze darin anschwitzen. In einer Schüssel Oliven, Pilze und 2/3 des Parmesans vermischen und pfeffern.
4. Knoblauchzehen halbieren, mit den Schnittflächen die Broteinscheiben einreiben und mit Olivenöl beträufeln. Pilzmasse auf den Broteinscheiben verteilen, mit übrigem Parmesan bestreuen und Pilz-Bruschetta servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 271 kcal |
| Kohlenhydrate  | 28 g     |
| Eiweiß         | 7 g      |
| Ballaststoffe  | 2 g      |
| Fette          | 15 g     |