

## Austernpilze mit Brokkoli

in einer Teriyaki Soße auf Bandnudeln. Sojasoße ist meine Freundin und wenn sie dann auch noch mit selbstgemachter Soße Teriyaki Art zusammen kommt, ist das für mich perfekt. Ich gebe ja zu, dass ich ab und zu damit übertreibe.

### Zutaten ohne Mengenangaben zum Marinieren

dunkle Sojasauce

Maisstärke

frisch geriebener Ingwer

frisch geriebener Knoblauch

Zitronensaft

geröstete schwarze Sesamsamen

neutrales Öl

### Zusätzlich

frische Austernpilze

Brokkoli, in kleine Röschen

vegane Teriyaki Soße, evtl. selbst gemacht

gehackter Knoblauch

Frühlingszwiebel, in Röllchen

Öl

Chilipulver

<https://delvegan.food.blog/2024/02/04/austernpilze-mit-brokkoli/>

### Zubereitung

Von den Austernpilzen den evtl. vorhandenen etwas härteren Stiel abschneiden. Je nach Größe mit den Händen in nicht zu dünne Streifen auseinander ziehen.

Alle Zutaten für die Marinade gut vermischen. Die Pilze dazu geben und mischen, bis diese vollständig bedeckt sind. Abdecken und 30 Min. ziehen lassen.

Die Pilze abtropfen lassen, dabei aber unbedingt die Marinade auffangen. Eine geeignete Pfanne/WOK mit ein wenig Öl erhitzen. Die Pilze, Brokkoli, Knoblauch und das weiße der Frühlingszwiebel etwa 5 Min. unter Rühren braten, bis der Brokkoli al dente erscheint.

Die Marinade mit Teriyaki Soße dazu geben und leicht köcheln bis die Soße einzudicken beginnt. Wer mag mit Chilipulver schärfen.

Mit dem Grünen der Frühlingszwiebeln garnieren. Mit Nudeln, Reis oder was auch immer servieren.