

## Pasta mit frittierten Austernpilzen



200 g Fusili nach Anleitung kochen  
200 g Austernpilze in Stücke reißen  
2 EL Olivenöl  
2 EL Tomatenmark  
Thymian  
Körniges Meersalz  
Salz&Pfeffer  
Knoblauchpulver  
3 EL Sojasauce  
1 TL Zitronensaft  
Prise Zucker/ Ahornsyrup  
Hefeflocken  
Gekeimte Beluga Linsen

- Austernpilze mit Öl , Thymian und Meersalz marinieren
- Marinierte Austernpilze in Airfryer frittieren oder in Pfanne scharf anbraten
- Gekochte Pasta mit Tomatenmark in Pfanne etwas anbraten und dann mit Sojasoße und Zitronensaft ablöschen
- Mit Salz&Pfeffer, Knoblauchpulver und Hefeflocken würzen
- Pasta auf Tellern anrichten und die Austernpilze darauf verteilen
- Mit gekeimten Linsen garnieren

Guten Appetit

## Pasta with fried oyster mushrooms



200 g of Fusili according to instructions

200 g oyster mushrooms to pieces 2 tablespoon olive oil

2 tablespoons of tomato paste

Thyme

Grainy sea salt

Salt & pepper

Garlic powder

3 tablespoons of soy sauce

1 teaspoon of lemon juice

A pinch of sugar/ maple syrup

Yeast flakes

Germinated Beluga lentils

- Marinate oyster mushrooms with oil , thyme and sea salt

- Fry marinated oyster mushrooms in airfryer or fry them in a frying pan

- Fry the cooked pasta with tomato paste in a pan and then add with soy sauce and lemon juice

Season with salt & pepper, garlic powder and yeast flakes

- Place pasta on plates and spread the oyster mushrooms on top

- Garnish with germinated lenses

Good appetite