

Rezept

Kohlrabischnitzel mit Honigmöhren

Ein Rezept von Kohlrabischnitzel mit Honigmöhren, am 19.04.2024

Zutaten

Salz	600 g	Möhren
600 g Kohlrabi	2	Eier
50 g Parmesan	50 g	Semmelbrösel
40 g Mehl	5 EL	Butterschmalz
4 EL Honig	40 g	Crème fraîche
1 TL Gemüsebrühe (Instant)	2 TL	Speisestärke

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

Zubereitung

1. In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Gemüse waschen und putzen. Die Möhren schälen. Kohlrabi schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Eier in einen tiefen Teller aufschlagen, den Parmesan hineinreiben und mit den Eiern verrühren. Die Semmelbrösel und das Mehl in je zwei weitere tiefe Teller füllen. Die Möhren ins kochende Wasser geben und 15 Min. kochen, nach 7 Min. die Kohlrabischeiben dazugeben.
2. Backofen auf 75° vorheizen Das Gemüse abgießen, 150 ml Gemüsekochwasser auffangen, und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Kohlrabischeiben im Mehl wenden, durch den Eier-Käse-Mix ziehen und mit den Bröseln panieren. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Kohlrabischeiben darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite in 3-4 Min. goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und im Ofen warm halten.
3. Die Möhren in die heiße Pfanne legen, den Honig darübergießen und die Möhren 5 Min. rundherum darin anbraten. Die Honigmöhren aus der Pfanne nehmen und im Ofen warm halten.
4. Für die Sauce das zurückbehaltene Gemüsekochwasser in die Pfanne gießen, Crème fraîche, Gemüsebrühepulver und Speisestärke dazugeben und alles unter Rühren kurz aufkochen.