

Rezept

Panierte Kohlrabischnitzel

Ein Rezept von Panierte Kohlrabischnitzel, am 15.12.2025

Zutaten

2	Kohlrabi (je etwa 400 g)		Salz
50 g	Mehl		Pfeffer
100 g	Semmelbrösel	2	Eier (M)
1/2	Bio-Zitrone	1 Kästchen	Gartenkresse
250 g	Naturjoghurt	1 TL	Apfeldicksaft oder 1/2 TL flüssiger Honig
4 EL	Butterschmalz		

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal

Zubereitung

1. Die Kohlrabi schälen und in gut 1 cm dicke Scheiben schneiden. Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Kohlrabischeiben darin etwa 3 Minuten zugedeckt bei starker Hitze kochen lassen. Abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
2. Das Mehl in einem tiefen Teller mit 1 gestr. TL Salz und Pfeffer nach Geschmack verrühren. Die Semmelbrösel in einen zweiten Teller geben, Eier in einem dritten Teller verquirlen.
3. Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben. Die Kresse mit der Küchenschere vom Beet schneiden. Beides mit Joghurt und dem Dicksaft oder Honig verrühren, salzen und pfeffern.
4. Das Butterschmalz in zwei Pfannen schmelzen lassen. Die Kohlrabischeiben auf beiden Seiten im Mehl wenden, dann durch die Eier ziehen und zum Schluss in den Bröseln wenden. Im Schmalz bei mittlerer Hitze pro Seite in etwa 4 Minuten knusprig braten. Mit Joghurt servieren.