



Kohlrabi in Knusperpanade

mit knackigem Kräutersalat

Zubereitung

1. Kohlrabi schälen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben für ca. 10-12 Minuten in kochendes Salzwasser geben und bissfest garen. Anschließend herausnehmen, in kaltem Wasser abschrecken und trockentupfen.
2. Den Kohlrabi mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Mehl bestreuen. Die Eier auf einem Teller verquirlen. Die Kohlrabi-Scheiben durch die verquirlten Eier ziehen und im Anschluss in den Pankobröseln wenden.
3. Bratöl in einer Pfanne erhitzen und die panierten Kohlrabi-Scheiben darin braten.
4. Für den Salat die Kräuter verlesen und von den Stielen zupfen. Kopfsalat, Portulak und Rucola putzen, waschen und trockenschleudern.
5. Crème fraîche, Honig, süßen Senf, Olivenöl und Condimento Bianco zu einem Dressing verrühren und über den Kräutersalat geben. Den Salat mit Kresse garnieren und zusammen mit den knusprigen Kohlrabitalern servieren.



Zubereitungszeit: Kurz

Zutaten (für 4 Portionen)

Naturata Zutaten

- 5 EL Bratöl, Sonnenblume 'high oleic', desodoriert
- 3 EL Olivenöl Kreta PDO nativ extra
- 1 EL Condimento Bianco, PREMIUM
- Atlantik Meersalz, fein

Weitere Zutaten

- 600 g Kohlrabi
- 2 EL Mehl
- 2 Eier
- 150 g Panko
- 50 g frische Kräuter
- 50 g Kopfsalat
- 100 g Portulak
- 50 g Rucola
- 2 EL Crème fraîche
- 2 TL Honig
- 2 TL süßer Senf
- 1 Beet Kresse
- Pfeffer