



2 Kohlrabi
1 Ei
abgeriebene Schale einer Zitrone
Pfeffer
Kräutersalz
ca. 150 g Paniermehl
Zum Ausbacken Kokosfett



1 Stück Knoblauch frisch
Petersilie
2 TL Salz
1 Pr.Pfeffer
20 g Zucker
10 g Senf
10 g Mayonnaise
240 g Wasser
120 g Essig
80 g Öl
80 g Sauerrahm

Rezepte für KW 19-25

Kohlrabi-Schnitzel

Die Kohlrabi schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Das Ei in einen tiefen Teller mit der Zitronenschale, Salz und Pfeffer verquirlen. Das Paniermehl in einen zweiten tiefen Teller geben. Die Kohlrabischeiben erst in dem Ei, dann in dem Paniermehl wenden. Das Kokosfett in einer Pfanne erhitzen. Die Kohlrabischeiben bei mittlerer Hitze darin goldbraun braten.

Tipp: Wer die Kohlrabi lieber weicher haben will, kann die Scheiben vor dem Panieren etwa 5 Minuten in kochendem Wasser blanchieren.

Feines Dressing mit frischem Knoblauch

Knoblauch und Petersilie mit einem Messer fein hacken oder wiegen. Alle Zutaten mischen und mit einem Stabmixer oder Küchenmaschine ca. 30 Sekunden aufschlagen. Im Kühlschrank 2 bis 3 Tage haltbar.

Für alle Blattsalate geeignet.