



# Kohlrabi Schnitzel an frischem Postelein

Rezepte vom LAISEACKER



## **Zutatenliste (4 Personen):**

Für den Salat: 250 g Postelein, 2 EL Tahin Sesammus, 4 EL Zitronensaft, 8 EL Wasser, ½ TL Zitronenschale, 1 Knoblauchzehe zerdrückt, 1 TL Sonnenblumenöl, 1 TL Aceto Balsamico rustico, 1 Prise Meersalz, etwas Pfeffer, etwas Schnittlauch

Für die Schnitzel: 3 Kohlrabiknollen, 2 Eiweiß, 10 EL Semmelbrösel, 2 TL Paprika Gewürz (edelsüß oder extra scharf), 1 Prise Salz, etwas Pfeffer, etwas Bratöl

## **Zubereitung Schnitzel:**

1. Kohlrabi schälen und in dünne Scheiben schneiden.
2. Ca. 4 Minuten in leicht gesalzenem Wasser kochen.
3. Eiweiß mit Prise Salz und Pfeffer vermischen.
4. Paprika und Semmelbrösel vermischen.
5. Kohlrabi erst im Eiweiß und dann in den Semmelbröseln wenden und dann im heißen Öl beidseitig goldbraun braten.
6. Fertige Schnitzel auf Küchenpapier legen, dass überschüssiges Öl abgezogen wird und warmstellen.

## **Zubereitung Salat:**

1. Postelein putzen (gelingt ebenso mit Feldsalat)
2. Dressing: Sesammus mit Zitronensaft und Wasser glatt rühren. Zitronenschale, Knoblauch, Sonnenblumenöl und Balsamico zugeben. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken und Schnittlauch hinzufügen.

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf  
[www.laiseacker.de](http://www.laiseacker.de).

Guten Appetit

