

# Kohlrabi-Schnitzel mit Kichererbsen und Kräuter-Salat

## Für zwei Personen

### Für das Kohlrabi-Schnitzel:

2 mittelgroße Kohlrabi	2 Eier	Butterschmalz
2 EL gelbes Ras el-Hanout	2 EL heller Sesam	2 EL Mehl
4-6 EL Paniermehl	Salz	Eiswasser

### Für die Kichererbsen:

250 g geschälte Kichererbsen	1 kleine Schalotte	2-3 EL kalte Butter
200 ml Gemüsefond	1,5 TL mildes Currypulver	1,5 TL rotes Ras el-Hanout
1 TL Stärke	Olivenöl	

### Für den Kräutersalat:

10 Zw. glatte Petersilie	5 Zweige marokkan. Minze	3 Zweige Koriander
1 Limette, (Abrieb, Saft)	1-2 TL Ahornsirup	heller Sesam

### Für die gepickelte Chili:

1 rote, milde Chilischote	$\frac{1}{2}$ TL Ahornsirup	2 TL naturtrüber Apfelessig
1 Prise Salz		

### Für das Kohlrabi-Schnitzel:

Die Kohlrabi schälen, Ober- und Unterseite abschneiden und aus beiden Kohlrabi vier gleich dicke Schnitzel schneiden. Beidseitig salzen und kurz liegen lassen.

In einem Topf Wasser mit Salz und 1 EL Ras el-Hanout zum Sieden bringen, die Kohlrabischeiben darin ca. 15 Minuten vorgaren, sie sollen noch bissfest sein. Wenn der gewünschte Garpunkt erreicht ist, in Eiswasser abschrecken. Trocken tupfen.

Sesam in einer Pfanne anrösten.

Restliches Ras el-Hanout und Mehl vermengen. Ei verquirlen. Sesam mit Paniermehl mischen. Aus Mehl, Ei und Paniermehl eine Panierstraße bereitstellen und Kohlrabischeiben in derselben Reihenfolge panieren.

Reichlich Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die panierten Kohlrabischeiben darin von beiden Seiten goldgelb braten. Vor dem Servieren auf einem Küchentrepp kurz abtropfen lassen.

### Für die Kichererbsen:

Kichererbsen schälen, falls diese noch nicht geschält sind. Schalotte abziehen, fein hacken und in Olivenöl vorsichtig anbraten, bis sie glasig sind. Aufpassen, dass sie keine zu dunkle Farbe annehmen. Gewürze dazu geben und diese anschwitzen. Kichererbsen dazu geben und 3-4 Minuten heiß werden lassen. Dann mit Gemüsefond ablöschen und kurz zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und etwas einkochen lassen. Die kalte Butter nach und nach dazugeben, etwas Stärke mit (kaltem) Wasser vermischen und damit die Sauce abziehen.

### Für den Kräutersalat:

Kräuter waschen und grob hacken.

Limette heiß abspülen und die Schale einer Hälfte abreiben. Dann halbieren und eine Hälfte auspressen. Abrieb einer  $\frac{1}{2}$  Limette, Saft einer  $\frac{1}{2}$  Limette und Ahornsirup mischen. Kurz vor dem Servieren die Kräuter einmischen. Mit etwas Sesam bestreuen.

### Für die gepickelte Chili:

Chili waschen und längs aufschneiden. Wenn es nicht so scharf sein soll, Kerne und Scheidewände mit dem Messerrücken auskratzen. Chili in feine Ringe schneiden. Essig, Sirup und Salz mischen, Chili hinzugeben und ziehen lassen.

Jens Helfferich am 19. April 2023