

# Blumenkohl-Schnitzel, Zitronen-Senf-Soße, Salat

**Für zwei Personen**

**Für das Blumenkohlschnitzel:**

1 Blumenkohl	2 Eier	Butterschmalz
Panko	Mehl, Mehlieren	Salz, Pfeffer

**Für die Zitronen-Senfsauce:**

$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft	1 Zwiebel	100 ml Sahne
Butter	1 EL grobk. Dijonsenf	1 EL mi.-scharfer Dijonsenf
300 ml Gemüsefond	Salz	Pfeffer

**Für den Salat:**

3 große Karotten mit Grün	1 Apfel	2 Orangen, Filets, Saft
$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft	$\frac{1}{2}$ Chilischote	300 ml Gemüsefond
1 TL Currypulver	Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für die Garnitur:**

1 Zitrone, Abrieb, Saft

**Für das Blumenkohlschnitzel:**

Aus der Mitte des Blumenkohls zwei Scheiben herausschneiden. In Salzwasser ca. 6 Minuten kochen, dann aus dem Wasser nehmen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus Mehl, verquirltem Ei und Panko eine Panierstraße aufstellen und Blumenkohlscheiben darin panieren. In Butterschmalz von beiden Seiten knusprig und goldbraun braten.

**Für die Zitronen-Senfsauce:**

Zwiebel abziehen, klein schneiden und in Butter anschwitzen. Beide Senfsorten, Fond und Zitronensaft zugeben. 2-3 Minuten einkochen lassen. Sahne zugeben und dann mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Salat:**

Grün der Karotten abzupfen und in kaltes Wasser legen. Karotten schälen und mit einem Schäler in dünne Streifen schneiden. Aus einer Orange die Filets herausschneiden, die andere Orange halbieren und den Saft auspressen. Zitrone auspressen. Orangen- und Zitronensaft in einen Topf geben. Chilischote fein schneiden und zum Saft geben. Dann Fond, Currypulver, Salz und Pfeffer zugeben. Sud erwärmen und lauwarm über die Karottenstreifen gießen. Ziehen lassen.

Apfel in dünne Scheiben schneiden und vor dem Servieren mit den Orangenfilets zu den Karotten geben. Mit etwas Öl vermengen. Salat mit Kartottengrün garnieren.

**Für die Garnitur:**

Blumenkohlschnitzel mit Zitronensaft beträufeln und mit Zitronenabrieb bestreuen.

Stefan Lauber am 03. April 2024