

Cornflakes-panierte Kalb-Schnitzel, Süßkartoffel-Fries

Für zwei Personen

Für das Schnitzel:

300 g Kalbsfleisch	2 Eier	300 g Dinkelflakes
200 g Mehl	6 EL Currypulver	100 g Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Für die Süßkartoffelpommes:

2 Süßkartoffeln	180 g Stärke	$\frac{1}{4}$ TL scharfes Paprikapulver
1 Prise Knoblauchpulver	4 Zweige glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für den Kichererbsensalat:

120 g vorgeg. Kichererbsen	$\frac{1}{4}$ Salatgurke	1 Schalotte
75 g Feta	2 EL Weißweinessig	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie
Zucker	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Thymian-Mayonnaise:

2 Eier, Eigelb	250 ml Olivenöl	1 Zitrone, Saft
3 Zweige Thymian	Salz	weißer Pfeffer

Für das Schnitzel:

Die Schnitzel aus dem Fleisch schneiden. Die Schnitzel waschen, trockentupfen, plattieren und mit etwas Salz würzen. Die Flakes mit der Hand zerbröseln. Die Eier mit einer Gabel in einer Schüssel verquirlen. Das Ei mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Schnitzel in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen, durch Ei ziehen und anschließend in den Flakes panieren.

In Butterschmalz schwimmend goldbraun ausbacken.

Für die Süßkartoffelpommes:

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Die Süßkartoffeln schälen und in ca. 1 x 1cm große Stifte schneiden. Stärke mit 120 ml Wasser glattrühren, die Pommes darin wenden und auf einem Küchengitter abtropfen lassen.

Die Sticks in einer Fritteuse etwa 8 Minuten knusprig frittieren und abtropfen lassen. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Die Pommes mit Paprika- und Knoblauchpulver, gehackter Petersilie Salz und Pfeffer würzen.

Für den Kichererbsensalat:

Die Kichererbsen in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen.

Schalotte abziehen, Gurke waschen, beides in kleine Würfel schneiden und mit den Kichererbsen in eine Schüssel geben. Den Feta darüber zerbröseln. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und zu dem Salat geben.

Mit Olivenöl, Weißweinessig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Thymian-Mayonnaise:

Den Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blättchen zupfen. Eier trennen und das Eigelb mit einem Handrührgeräts kurz verrühren. Etwa $\frac{1}{4}$ des Öls in einem dünnen Strahl einrühren, bis sich Öl und Eigelb zu einer glatten Creme verbunden haben. Dann das übrige Öl unter ständigem Rühren zugießen. Mit Zitronensaft, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Schnitzel mit Curry-Cornflakes-Panade, Süßkartoffelpommes und Kichererbsensalat auf Tellern anrichten und servieren.

Joshua Lommes am 16. April 2018