

Kohlrabi-Schnitzel-Burger mit Möhren-Pommes und Dip

Für 4 Personen

1-2 Kohlrabi	1 Bund Möhren	1 kleine Knoblauchzehe
Öl	Salz, Pfeffer	4 EL gerieb. Parmesankäse
2 Eier	3 EL Mehl	50 g Cornflakes
Öl	Eichblattsalat	1 rote Zwiebel in Scheiben
2 Tomaten	4 Vollkornbrötchen	

Für den Dip:

1 Handvoll Rucola	1 Bund Schnittlauch	300 g Schmand
1 TL Senf	Saft von 1/2 Zitrone	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Kohlrabi schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. In etwas Salzwasser 10-15 min bissfest kochen.

Die Möhren schälen und in etwa 7 cm lange Stifte schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Möhren mit Öl, Salz, Pfeffer, Knoblauch und Parmesan in einer Schüssel vermengen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und 20 - 25 Minuten backen.

Für den Dip Rucola waschen und fein hacken. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Beides mit Schmand, Senf, Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermischen.

Die Cornflakes in einer Schale fein zerbröseln. Das Ei in einer Schale mit etwas Salz und Pfeffer verquirlen. Abgetropfte Kohlrabi-Scheiben erst in Mehl, dann Ei, dann in den Cornflakes wenden, sodass sie rundum mit Flakes bedeckt sind.

Anschließend In einer Pfanne mit Öl auf beiden Seiten knusprig ausbacken.

Die Brötchen aufschneiden, kurz in einer Pfanne auf der Schnittseite anrösten, beide Hälften mit Dip bestreichen, mit Kohlrabischnitzel, Tomaten, Salat und Zwiebeln belegen und mit Möhren-pommes servieren.

Den Rest des Dips zu den Pommes reichen.

Björn Freitag am 14. Juni 2021