

Gebratene Parmesan-Kohlrabi mit Kräutersauce

Zutaten (für 4 Personen):

- KOHLRABI:
- 2 große Kohlrabi (ca. 500 g)
- Salz
- 2 Eier
- 8 EL Sesamsaat hell
- 100 g geriebener Parmesan
- 3 EL Mehl
- 4 EL Rapsöl
- KRÄUTERSAUCE:
- 2 EL Butter
- 2 EL Mehl
- 250 ml Milch
- 2 EL "rische's Kräutergarten"
- 2 EL Schmand

Zubereitung:

- Kohlrabi schälen, waschen, in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden, Kohlrabischeiben in kochendem Salzwasser 3-4 Min. garen und abtropfen lassen.
- Eier verquirlen, Sesam und Parmesan mischen.
- Kohlrabischeiben erst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in der Sesam-Parmesan-Mischung wenden, Panade etwas andrücken.
- Öl portionsweise in einer Pfanne erhitzen und Kohlrabischeiben darin von beiden Seiten goldbraun braten.
- Für die Kräutersauce Butter in einem Topf schmelzen, Mehl darüber stäuben und bei schwacher Hitze anschwitzen, dabei ständig mit dem Schneebesen umrühren.
- Nach und nach Milch unter Rühren zugießen, aufkochen lassen und andicken.
- Sauce mit „rische's Kräutergarten“ würzen und Schmand unterrühren.
- Kohlrabischeiben zusammen mit der Kräutersauce servieren.