



Hähnchenschnitzel in der Halloumi-Mandel-Panade

Bild auf Seite 51

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

*1 Knoblauchzehe, ½ TL Korianderkörner, ½ TL Kreuzkümmelsamen
½ TL Fenchelsamen, ½ TL Paprikapulver, ½ TL gerebelter Oregano
½ TL gem. Kümmel, 3 EL Olivenöl
4 kleine Kohlrabi, Salz, 1 Bund Rucola
1 Bio-Zitrone, 4 Hähnchenbrustfilets
150 g Halloumi (Grillkäse)
1 kleines Bund Thymian
180 g gehackte Mandeln, Pfeffer
2 Eier (Größe M)
2–3 EL Dijon-Senf, 4 EL Mehl
200 ml Sonnenblumenöl
4 Stiele Majoran, Meersalzflocken*

1 Backofen auf 180 Grad heizen. Knoblauch abziehen, würfeln. Koriander, Kreuzkümmel, Fenchel in Pfanne ohne Fett rösten, dann fein mörsern. Mit Paprika, Oregano, Kümmel, Knoblauch und Olivenöl mischen. Kohlrabi schälen, halbieren und in dünne Spalten schneiden. Mit dem Würzöl und etwas Salz vermengen und auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.

2 Inzwischen Rucola waschen, trocken schütteln. Zitrone in Spalten schneiden. Filets trocken tupfen, halbieren, flach klopfen. Käse grob reiben. Käse, Thymianblättchen und Mandeln mischen, mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Eier verquirlen. Fleisch rundum salzen, pfeffern. Dünn mit Senf bestreichen, im Mehl wenden (überschüssiges Mehl leicht abklopfen). Schnitzel im verquirlten Ei wenden, dann im Halloumi-Mix.

3 Sonnenblumenöl in einer großen Pfanne erhitzen, Schnitzel darin bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldgelb braten. Dann auf Küchenpapier abtropfen lassen. Schnitzel mit Kohlrabi, Rucola und Zitronenspalten anrichten. Mit Majoranblättchen und Meersalzflocken bestreuen und servieren.