

# *Eat, letters and deco*

## **PANIERTE RÜEBLI AN HASELNUSS-VINAIGRETTE**

Für 4 Personen als Vorspeise  
oder kleines Essen

♥ Hit / vegetarisch / einfach

Zubereitungszeit: 40 min



### **Zutaten:**

20 mittelgrosse Rüebli (Karotten), geschält  
Salz und gemahlener, weisser Pfeffer

#### **Panade**

ca 100 gr Mehl  
3-4 Eier, verquirlt  
150 Pankomehl (asiatisches Paniermehl)

#### **Haselnuss-Vinaigrette**

60 gr gehobelte Haselnüsse, geröstet  
12 EL gutes Olivenöl  
6 EL weisser Balsamico  
1 EL (Dill)-Senf  
Salz, Pfeffer und etwas Zucker, zum Abschmecken

#### **Zum Fertigstellen**

Erdnussöl zum Ausbacken  
2 Bund glattblättriger Peterli (Petersilie)

### **Zubereitung:**

1. Die Rüebli in Salzwasser knapp weichkochen, abtrocknen und leicht abkühlen lassen. In drei tiefe Teller, je das Mehl, die Eier und das Pankomehl geben.
2. Die Rüebli gut mit Salz und Pfeffer würzen, zur Seite legen.
3. Zuerst die Vinaigrette zubereiten. Dazu alle Zutaten, ausser der Haselnüsse gut verquirlen. Bei Seite stellen.
4. Nun die Rüebli zuerst im Mehl, dann im Ei und zum Schluss im Paniermehl wälzen. Dabei achten das Paniermehl gut anzudrücken.
5. Nun genug Öl in einer Bratpfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Die panierten Rüebli hineingeben und rundherum knusprig anbraten. Im vorgewärmten Ofen bei 80 Grad warmhalten, bis alle fertig sind.
6. Anrichten; Die Rüebli mit dem Peterli auf die Teller geben und etwas Vinaigrette darüber träufeln. Mit den Haselnüssen bestreuen und sofort servieren.

Ein so einfaches und geniales Rezept, welches ich liebe! Die Rüebli lassen sich gut im Voraus kochen und zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. So ist das Gericht noch schneller gezaubert. Restliche lassen sich im Ofen übrigens in 10 min bei 220 Grad super nochmals „aufwärmen“!

Gutes Gelingen und liebe Grüsse, eure

*Jelinda K.*