Blumenkohl-Schnitzel



4-6 Portionen ^{20 Minuten}











tung \

Laktos frei Saison in der Schweiz Mai bis November

1 Blumenkohl ca. 1 kg	Blumenkohl waschen und die grünen Blätter weg schneiden. Mit einem grossen Messer den Blumenkohl in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden.
3 Eier	Die Eier in einem tiefen Teller verquirlen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen
Paniermehl	Paniermehl in einen flachen Teller geben. Abwechslungsweise die rohen Blumenkohlscheiben im Ei eintauchen und danach im Paniermehl wenden.
Kokosfett zum Braten	In einer Bratpfanne Kokusfett erhitzen und die panierten Schnitzel beidseitig bei geringer Hitze langsam goldgelb braten
	Du kannst die fertigen Schnitzel gut im Backofen bei 90° warm halten. Dazu mache ich gerne Kartoffelschnitze mit Jalapenos. Wer es mit Sauce mag, gerne Tartarsauce dazu servieren oder deine



Ein Rezept von anderstgemacht.ch vom Kulinariker Stefan Winiger, welcher das chaletschild.ch auf der Rigi betreibt stefan@chaletschild.ch +41 41 855 02 53

Lieblingssauce, welche Du zu Fischknusperli isst.