

Panna fritta

 happy-mahlzeit.com/2020/04/01/panna-fritta/

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Eigelbe
- 120 g Zucker
- Abrieb 1 unbehandelten Zitrone und Orange
- 130 g Mehl
- 1 EL Hartweizengrieß
- ½ l Milch (3,5 %)
- 80 ml Sahne (30 %)

Für die Panade:

- 2 Eier
- 2 EL Mehl
- gemahlene Mandeln, Nüsse oder Brösel zum Panieren
- 50 ml Olivenöl

Zubereitung:

Eigelbe mit Zucker kräftig aufschlagen. Zitronen- und Orangenabrieb unterrühren. Das Mehl mit dem Grieß nach und nach hinzufügen. Milch und Sahne leicht erwärmen und die Masse zu einer Creme verrühren. Die Creme im Topf unter ständigem Rühren bei mäßiger Hitze ca. 10 – 12 Minuten einkochen lassen.

Die Creme auf ein mit Backpapier ausgelegtes Ofenblech geben und ca. 3 cm stark verstreichen. Abgedeckt im Kühlschrank gut auskühlen lassen.

Danach in Rauten oder andere Formen schneiden oder ausstechen, mehlieren und durch das aufgeschlagene Ei ziehen. In geriebenen Mandeln, Nüssen oder Brösel wälzen und in heißem Öl beidseitig goldgelb ausbacken.

Auf Wunsch mit Zimt und Zucker bestreuen und auf Beeren-Kompott servieren.

Abwandlung:

Mandeln, Nüsse oder geröstete gehackte Pinienkerne können auch unter die Masse beim Einkochen gegeben werden. Auch 2 EL Instant-Espresso-Kaffeepulver sowie Mohnbackmischung kann je nach Gusto unter die Masse gerührt werden.

Rezept: Armin Roßmeier

Quelle: ZDF-Fernsehgarten vom 8.7.2018

Episode: Landhausküche Italien