

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 12. Mai 2020 ▪  
 “SchniPoSa (Schnitzel/ Pommes/ Salat)” mit Johann Lafer



Ralf Zacherl

**Schnitzel mit Meerrettich, Pommes frites, Pommes-Sauce und Trink-Salat**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Schnitzel:**

- 4 Kalbsschnitzel à 60 g (aus dem Rücken)
- 1 Stange Meerrettich
- 1 Zitrone
- 2 Eier
- 100 g Butter
- 100 g grober Dijon-Senf
- 300 g Semmelbrösel
- 200 g Panko
- 200 g Mehl
- 400 ml Pflanzenöl, zum Frittieren
- Meersalz, zum Würzen
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schnitzel zwischen Backpapier gleichmäßig flach plattieren, mit Meersalz und Pfeffer würzen und danach mit Senf bestreichen. Meerrettich schälen, reiben und über die Schnitzel geben. Eier verquirlen. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirlten Eiern und Semmelbrösel-Pankomischung aufstellen. Die Schnitzel zuerst im Mehl, dann in den verquirlten Eiern und schließlich in der Semmelbrösel-Panko-Mischung wenden.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen (ca. 170 Grad) und die Schnitzel 4-5 Minuten goldbraun backen, dabei mehrmals wenden. Nach ca. 2 Minuten die Butter hinzugeben. Auf Küchenpapier entfetten und mit Zitronenscheiben servieren.



Die Panade und Würze kann man nach Lust und Laune verändern. Von Cornflakes über Kürbiskerne, Kokosraspeln bis hin zu Haselnüssen. Sie können die Semmelbrösel damit verfeinern oder sogar ganz ersetzen.

**Für die Pommes:**

- 500 g große, vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 4 EL heller Essig
- Paprikapulver, zum Würzen
- Pflanzenöl, zum Frittieren
- Salz, aus der Mühle

Kartoffeln waschen, mit einem Messer an den Seiten begradigen und in Pommes frites (ca. 1 cm Durchmesser) schneiden. Pommes mit kaltem Wasser abwaschen. 1 Liter Wasser mit Essig und den Pommes zum Kochen bringen. 4 Minuten vorgaren, dann abschütten und auf einem Küchenpapier trocknen lassen.

Öl auf 170 Grad erhitzen und die Pommes ca. 2 Minuten vorfrittieren. Auf einem Küchenpapier entfetten und abkühlen lassen. Kurz vor dem Servieren bei 180 Grad goldbraun fertig frittieren. Entfetten, mit Salz und Paprikapulver würzen und schnell servieren.

**Für die Pommes-Sauce:**

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone
- 50 ml Milch
- 100 g grober Dijon-Senf
- 20 ml Chilisauc
- 100 ml natives Pflanzenöl
- ½ Bund Estragon
- 30 g edelsüßes Paprikapulver
- 1 Prise Zucker
- Salz, aus der Mühle

Milch mit einem Stabmixer mixen und nach und nach Öl zugeben, bis eine cremige, gebundene Masse entsteht. Knoblauch abziehen, in dünne Scheiben schneiden und in etwas Öl anschwitzen. Zur Milch-Masse geben. Zitrone halbieren und auspressen. Estragon abrausen, trockenwedeln und hacken. Sauce mit Zitronensaft, Senf, Chilisauc, Estragon, Paprikapulver, Zucker und Salz abschmecken.



**PROFI  
TIPP**

Wichtig ist, dass die Milch und das Öl dieselbe Temperatur haben, denn so verbinden sie sich besser.

**Für den Trink-Salat:**

1 Kopfsalat  
100 g grüner Kräutersalat (Rucola,  
Sauerampfer, Pimpinelle, Melisse)  
1 Salatgurke  
1 Zitrone  
200 ml Kokoswasser  
100 ml Ayran  
1 Bund glatte Petersilie  
Cayennepfeffer, zum Würzen  
Meersalz, zum Würzen  
Eiswürfel

Kopfsalat waschen, trockentupfen, Strunk entfernen, Blätter ablösen und trockenschleudern. Kräutersalat ebenfalls waschen und trockenschleudern. Beide Salatsorten in Streifen schneiden. Gurke waschen, trockentupfen, von Enden befreien und in Stücke schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Kopfsalat, Kräutersalat, Gurke, Kokoswasser, Petersilie, Eiswürfel und eine gute Prise Cayennepfeffer und Meersalz in einem Standmixer zu einem cremigen Smoothie mixen. Kaltstellen und kurz vor dem Servieren in zwei gekühlte Gläser füllen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Je einen Teelöffel Zitronensaft über den Smoothie träufeln und vorsichtig den Ayran darüber schichten. Mit Trinkhalmen servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.