

Mairübchen-Wildkräutersalat mit Nocken



Zutaten für 4 Personen

- 200 g Möhren
- 300 g Mairübchen
- 1 TL Senfkörner
- 6 Stiel(e) Petersilie
- 1 Bio-Zitrone
- 5 EL Olivenöl
- 125 ml + 2 EL Milch
- 30 g Butter
- 60 g + 2 EL Mehl
- 6 Stiel(e) Kerbel
- 1 kleiner Topf roter Sauerampfer
- 3 Stiel(e) Pimpinelle
- 3 Eier (Größe M)

- 40 g Weichweizengrieß
- Salz
- Pfeffer
- 4 Schweineschnitzel (à ca. 125 g)
- 2–3 EL Paniermehl
- 4 EL Öl
- 1/2 TL Honig
- Frischhaltefolie

Zubereitung

35 Minuten – ganz einfach

- Möhren und Mairübchen schälen und putzen. Möhren längs in dünne Streifen hobeln oder schneiden. Mairübchen in dünne Scheiben schneiden oder hobeln.2.
- Senfkörner in einer Pfanne rösten, herausnehmen, abkühlen lassen und im Mörser zermahlen. Petersilie waschen, trocken schütteln und 2 Stiele beiseitelegen. Von den übrigen Stielen Blättchen abzupfen und fein hacken.3.
- Zitrone heiß waschen, trocken reiben und die Schale dünn abreiben. Senfkörner, Zitronenschale, Petersilie und 3 EL Olivenöl vermengen. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen.4.
- 125 ml Milch und Butter erhitzen. 60 g Mehl einrühren und weiterrühren, bis sich der Teig als Kloß vom Topfboden löst. Teig in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Kerbel, 2 Stiele Petersilie, Sauerampfer und Pimpinelle waschen und trocken schütteln..
- Blättchen von den Stielen zupfen. Alle Blättchen, bis auf einige zum Garnieren, klein hacken.6.
- 1 Ei und gehackte Kräuter vermengen. 1 Ei und Kräuterei einzeln unter den Brandteig rühren, dann den Grieß unterrühren. Teig mit Salz und Pfeffer würzen. Aus dem Teig mit 2 Esslöffeln Nockerln abstechen und in siedendem Salzwasser 5–8 Minuten gar ziehen lassen.7.
- Fleisch trocken tupfen, halbieren und zwischen Folie noch flacher klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Ei und 2 EL Milch verrühren. Ei-Mix, 2 EL Mehl und Paniermehl in jeweils einen tiefen Teller geben.8.
- Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, dann in Mehl, Ei und Paniermehl wenden.9.
- Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin unter Wenden portionsweise ca. 5 Minuten goldbraun braten. Nockerln aus dem Wasser nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Gemüestreifen, 2 EL Zitronensaft, 2 EL Olivenöl und Honig vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf Tellern anrichten.¹⁰

- Kräuterblättchen und Grießnockerln darauf verteilen und mit dem Zitronen-Petersilien-Öl beträufeln. Schnitzel dazureichen.