

Rote Bete im Nussmantel

Zutaten für 4 Portionen:

600 g Rote Bete – 1 Ei – 1 Zitrone – Kräutersalz – Pfeffer – 40 g Haselnüsse – 40 g Paniermehl - Öl

Zubereitung:

- Rote Bete waschen und in kochendem Wasser bissfest garen, anschließend schälen und in etwa 0,5cm dicke Scheiben schneiden
- Die Haselnüsse fein mahlen
- Ei, Kräutersalz und Pfeffer in einem tiefen Teller mit einer Gabel verquirlen
- Auf einem anderen Teller Paniermehl und Nüsse mischen
- Öl in einer Pfanne erhitzen
- Die Rote Bete Scheiben erst in der Ei-Mischung, dann im Paniermehl wenden und in der Pfanne bei mittlerer Hitze von beiden Seiten knusprig anbraten
- Dazu passt Kartoffelpüree

Wir wünschen guten Appetit!

