1/2 Hühnerschnitzel

Dauer: Mittel Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Saison: Ganzjährig Für: 4 Personen

Zutaten

4	Hühnerbrustfilets
100 G	griffiges Mehl
3	Eier
100 G	Semmelbrösel
50 G	geschälte Hanfsamen
	Salz
	Butterschmalz zum Ausbacken

Zubereitung

1. Die Hühnerbrust in flache Schnitzel schneiden, salzen und pfeffern.
2. Dann werden die Schnitzel paniert, hierfür die Schnitzel zuerst in Mehl wenden, dann durch die verquirlten Eier ziehen und zum Schluss in das Brösel-Hanfsamen Mischung legen und die Panade fest andrücken.
3. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel bei mäßiger Hitze goldbraun braten.
4. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und gegebenenfalls im Backrohr warmhalten.

2/2 Erdäpfel-Vogerlsalat

Dauer: Mittel Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Saison: Ganzjährig Für: 4 Personen

Zutaten

750 G	speckige, in der Schale gekochte Erdäpfel
1 GROSSER	Zwiebel
CA. 150 ML	Rinds- oder Hühnersuppe
1 TL	scharfer Senf
4 EL	Apfelessig
	Salz
	Pfeffer
1 PRISE	Zucker
	Liebstöckel und Schnittlauch
4 EL	Kürbiskernöl
100 G	Vogerlsalat

Zubereitung

1. Für die Marinade fein gewürfelte Zwiebel in Butter oder Öl glasig anschwitzen, mit einem kräftigen Schluss Apfelessig ablöschen und aufkochen lassen. Dann wird mit Brühe aufgegossen, mit Salz, Pfeffer, Senf und eventuell Liebstöckel gewürzt.
2. Die Erdäpfel in der Schale kochen und heiß schälen.

   Idealerweise sollen die Erdäpfel noch im heißen Zustand mariniert werden, damit sie die Marinade gut aufnehmen können.

3. Die heiße Essigmarinade über die warmen Erdäpfel gießen und so lange marinieren bis die Flüssigkeit fast oder ganz aufgesaugt ist. Dann eventuell nochmal mit Essig abschmecken und abschließend Kürbiskernöl und Schnittlauch unter den Erdäpfelsalat mengen.
4. Vogerlsalat nach Belieben unter den Erdäpfelsalat mischen oder separat dazu geben. Wer mag bestreut den Salat mit Kürbiskernen (und je nach Saison auch mit Radieschen).