

Gebackenes Wurzelgemüse

Dauer: Mittel Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Vorspeisen und Salate Vegetarisch Saison: Herbst Winter

Für: 4 Personen



Zutaten

800 G

Wurzelgemüse nach Belieben (Karotten, Sellerie, Pastinaken, Rote Rüben, etc.)

Kräutersalz

100 G

Mehl

2

Eier

200 G

Semmelbrösel

Butterschmalz

Verfasst von: Salzburg schmeckt

Zubereitung

1. Karotten, Pastinaken, Sellerie und roten Rüben schälen, in ca. 1 cm dicke Scheiben, oder Stücke schneiden.
2. In Salzwasser blanchieren.
3. Gemüse mit Kräutersalz würzen.
4. In Mehl, Ei und Semmelbrösel panieren.
5. Panierte Scheiben in Butterschmalz herausbacken.

Isst-Gut-Rezept, Gemüse-Tag

Tipp von Diätologin Maria Anna Benedikt: Mit Joghurt-Kräutersauce servieren!