



# Gebackene Schwarzwurzeln im Haselnussmantel

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Abwechslungsreich, fleischlos; gesunde, preiswerte Küche für jeden Tag

## Zutaten

- Für die gebackene Schwarzwurzeln:
  - 600 g Schwarzwurzeln
  - Saft einer 1/2 Zitrone
  - 2 Eier mit 1 El Milch verklappert
  - 70 g grob gehackte Haselnüsse
  - 30 g Paniermehl
  - 2 El Butterschmalz
  - Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Schnittlauch - Stampfkartoffeln:
  - 800 g gekochte Kartoffeln
  - 1 Bündchen frischer Schnittlauch, gehackt
  - 30 g Butter
  - 200 ml heiße Milch
  - 8 frische Eier

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Schwarzwurzeln.

### Schritt2

Unter fließendem Wasser abbürsten und anschließend, ebenfalls unter fließendem Wasser schälen.

### **Schritt3**

(Mit Einweg - Gummihandschuhen)

### **Schritt4**

Die Stangen sofort ins Zitronenwasser legen, anschließend in etwa 10 cm lange Stücke schneiden.

### **Schritt5**

Ca. 3 cm hoch mit Salzwasser bedecken und 12 - 15 min. weich kochen, abschütten, abkühlen lassen.

### **Schritt6**

Die Haselnüsse mit dem Panierbrot mischen, die Eier mit etwas Milch verklappern.

### **Schritt7**

Nunmehr die Schwarzwurzeln in Mehl wälzen, durch die Eier ziehen und in dem Haselnuss-Panierbrot wälzen; etwas abschütteln, andrücken.

### **Schritt8**

Nebeneinander in Butterschmalz goldbraun heraus braten und auf Küchenkrepp ablaufen lassen.

### **Schritt9**

Zeitgleich die Eier wachweich 3 1/2 - 4 min. kochen, kurz abschrecken und schälen.

### **Schritt10**

Die gekochten Kartoffeln salzen und mit etwas geriebener Muskatnuss würzen, grob stampfen.

### **Schritt11**

Die Butter und die heiße Milch dazu geben, kurz vor dem Servieren den frisch gehackten Schnittlauch unter heben.

### **Schritt12**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt13**

Die Schnittlauch - Stampfkartoffeln auf vorgewärmten Tellern mit einer kleinen Mulde anrichten und die noch warmen Eier hinein setzen, dazu die gebackene Schwarzwurzeln platzieren.

**Rezeptart:** Vegetarisch **Tags:** fleischlos, schwarzwurzeln, stampfkartoffeln

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gebackene-schwarzwurzeln-im-haselnussmantel/>