



MARINIERTES BÜNDNERFLEISCH MIT HASELNUSS-EI

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN ALS VORSPEISE

- > 1 Zitrone
- > 7 EL Olivenöl
- > 1 TL Waldhonig
- > je 2 Stiele Petersilie, Kerbel, Estragon und Schnittlauch
- > 2 EL Kapern
- > 3 Champignons
- > 150 g Bündnerfleisch
- > 6 Eier
- > 50 g Mehl
- > 50 g Paniermehl
- > 50 g gemahlene Haselnüsse
- > Pflanzenöl, z.B. Raps
- > 100 g Feldsalat

ZUBEREITUNG

Die Zitrone heiß abwaschen, mit dem Sparschäler zwei bis drei Bahnen dünn abziehen und würfeln. Alternativ einen Zestenschneider verwenden.

Für die Marinade die Zitrone auspressen. Den Saft mit Olivenöl, Honig, klein gehackten Kräutern und Kapern mischen.

Bündnerfleisch auf einem großen Teller verteilen. Drei Champignons in Scheiben schneiden und darüberlegen. Beides mit 2/3 der Marinade beträufeln und 30 bis 60 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit den Salat waschen und vier Eier (Größe M) fünf Minuten kochen. Eier anschließend in kaltem Wasser zwei Minuten abschrecken und vorsichtig schälen. Zwei rohe Eier in einer Schüssel verquirlen und salzen. Die gemahlene Nüsse mit dem Paniermehl mischen und in eine weitere Schüssel geben, genauso wie das Mehl.

Die gekochten Eier zunächst durch das Mehl, dann durch die Eiermischung und zum Schluss durch die Panade ziehen.

Pflanzenöl in einem kleinen, hohen Topf auf circa 180 °C erhitzen und panierte Eier darin ein bis zwei Minuten goldgelb ausbacken.

Salat mit restlicher Marinade vermengen und als Nest auf das Bündnerfleisch geben. Die heißen Haselnuss-Eier damit toppen, Zitronenzeste darüberstreuen und alles mit frischem Brot genießen!

