



Radieschenbratlinge mit Rucola-Joghurt-Dip

Zutaten (für vier Portionen)

Radieschenbratlinge

400 g Radieschen
½ Bund Lauchzwiebeln
3 EL Mehl
1 EL Speisestärke
2 EL Frischkäse
1 Ei (Größe M)
1 TL Kreuzkümmel
½ Bund Petersilie
Salz, Pfeffer
Muskatnuss
6 EL Öl zum Braten

Rucola-Joghurt-Dip

200 g griechischer Joghurt
100 g Rucola
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, unbehandelt
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Radieschen-Knusper

50 g Radieschenblätter
Fett zum Frittieren
Salz

Sowie

Radieschenscheiben zum Garnieren

Zubereitung (circa 40 bis 45 Minuten):

Die Radieschen gründlich waschen, die Blätter abschneiden und in einer tiefen Pfanne knusprig frittieren. Auf Küchenkrepp entfetten und salzen.

Die Radieschen putzen und fein raspeln oder reiben. Mit zwei Teelöffeln Salz vermengen und circa zehn Minuten ziehen lassen. Anschließend kräftig ausdrücken, um die überschüssige Flüssigkeit zu entfernen. Die Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden, und die Petersilie fein hacken.



In einer großen Schüssel die ausgedrückten Radieschen, gehackte Petersilie, Lauchzwiebeln, Mehl, Speisestärke, Frischkäse und das Ei vermengen. Mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise frisch geriebener Muskatnuss würzen. Alles gründlich zu einer formbaren Masse verrühren und fünf Minuten ruhen lassen.

Die Bratlinge portionsweise in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten jeweils etwa vier bis fünf Minuten ausbacken. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Rucola-Joghurt-Dip den griechischen Joghurt, Abrieb und Saft einer unbehandelten Zitrone, Knoblauch, Öl und die Hälfte des Rucola mit dem Pürierstab oder im Mixer verquirlen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten die andere Hälfte des Rucola und Radieschenscheiben auf dem Teller verteilen. Jeweils zwei Bratlinge daraufsetzen, den Rucola-Joghurt-Dip darauf geben und mit knusprigen Radieschenblättern toppen.

Nährwerte pro Portion:

500 kcal – 41 g Fett – 10 g Eiweiß – 23 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch.

Käse kann tierisches Lab enthalten.