

**Christian Henze**  
**Rettich-Nuggets mit karamellisierten Oliven**

**Dienstag, 16. Mai 2023**  
**Rezept für 4 Personen**

Dauer: 45 Minuten  
Schwierigkeitsgrad: Leicht  
Feine Küche

**Zutaten:**

500 g	weißer Rettich
etwas	Salz
100 g	schwarze Oliven, entsteint
1 EL	Puderzucker
70 g	Parmesan
½ Bund	glatte Petersilie
4	Bio-Eier
8 EL	geriebene Mandelkerne
etwas	Pfeffer aus der Mühle
5 EL	Olivenöl
5 EL	Schmand
2 EL	Honig
1 TL	Curry
1 TL	geräuchertes Paprikapulver



**Zubereitung:**

1. Den Rettich schälen und mit der Rohkostreibe grob reiben. Geriebenen Rettich mit 1 TL Salz vermischen und 15 Minuten ziehen lassen.
2. Backofen auf 220 Grad Oberhitze vorheizen oder die Grillfunktion einschalten.
3. Oliven und Puderzucker gründlich vermengen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Im heißen Ofen etwa 5 Minuten rösten und karamellisieren. Währenddessen öfter kontrollieren, denn der Zucker kann schnell verbrennen!
4. Die Oliven aus dem Ofen nehmen. Karamellisierten Oliven grob hacken und beiseitestellen.
5. Parmesan fein reiben.
6. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.
7. Die Eier in einer Schüssel verquirlen. Mandeln, Petersilie und Parmesan untermischen. Die Rettich-Raspel gut ausdrücken, unter den Ei-Mix mischen und mit Pfeffer würzen.
8. Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Paprikapulver und Curry darin andünsten und die Rettich-Masse esslöffelweise hineingeben und die Nuggets von beiden Seiten je 3-4 Minuten goldbraun ausbacken.
9. Schmand und Honig glattrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
10. Die Rettich-Nuggets auf Teller verteilen und je einen kleinen Klecks Honig- Schmand darauf geben. Mit karamellisierten Oliven garniert servieren.

Pro Portion: 660 kcal/ 2770 kJ  
20 g Kohlenhydrate, 19 g Eiweiß, 57 g Fett