

Kochen

Serkan Güzelcoban

Montag, den 14.06.2021

Frischkäsetaler mit Zucchini-Tomaten-Salat Für 4 Personen

Zutaten

Für die Frischkäsetaler

1 Bio-Zitrone
2 Bund Dill
500 g Doppelrahmfrischkäse
200 g Magerquark
175 g Semmelbrösel
25 g Hartweizengrieß
3 Eier (Größe M)
120 g Mehl
etwas Salz
etwas Pfeffer

Für den Salat

1 Knoblauchzehe
3 Zucchini (z. B. grün und gelb)
1 Römersalat-Herz
6 EL Olivenöl
etwas Cayennepfeffer
300 g Tomaten
2 EL Apfelessig
1 Prise Zucker
1 TL Dijon-Senf
4 EL Sonnenblumenöl



Zubereitung

- Für die Taler** die Zitrone heiß abbrausen, trockenreiben und etwas Schale fein abreiben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Dill abbrausen, trocken schütteln, die Fähnchen abzupfen und zwei Drittel davon fein hacken.
- Frischkäse und Quark in eine Rührschüssel geben. Etwa 50 g Semmelbrösel und Grieß unterrühren. 1 Ei trennen. Eigelb, Hälfte Zitronenschale, 3–4 EL Zitronensaft und gehackten Dill unter die Frischkäsemischung rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 10 Minuten ruhen lassen.
- Inzwischen für den Salat** Knoblauch abziehen und fein schneiden. Zucchini putzen, abbrausen, trockenreiben und in Scheiben hobeln oder mit einem Spiralschneider in feine Streifen schneiden. Salat halbieren, abbrausen, trockenschleudern. 3 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Knoblauch darin kurz anbraten. Zucchini zugeben, mit Salz, Pfeffer, übriger Zitronenschale und Cayennepfeffer würzen und unter Schwenken kurz mit Biss braten. Auf einen Teller geben, abkühlen lassen. Salathälften im Bratfett ca. 1 Minute auf der Schnittfläche anbraten.
- Salat verlesen, abbrausen, trockenschleudern und in Streifen schneiden. Tomaten abbrausen, trockenreiben, putzen und klein schneiden, würfeln oder in Scheiben.
- In einer Salatschüssel übrigen Zitronensaft, Essig, Salz, Pfeffer, Zucker, Senf und 3 EL Olivenöl zu einem Dressing verquirlen.
- Für die Taler** die übrigen ganze Eier und Eiweiß auf einem großen Teller verquirlen. Mehl und restliche Semmelbrösel getrennt jeweils auf große, flache Teller verteilen. Aus der Frischkäsemasse mit leicht bemehlten Händen etwa 6–8 cm große etwa 1,5 cm hohe Taler formen. Zunächst rundum dünn mit Mehl bestäuben. Die Taler dann portionsweise durch das Ei ziehen, etwas abtropfen lassen und in den Semmelbröseln wenden.
- Öl portionsweise in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Die Taler darin nach und nach bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun und knusprig braten. Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- Zum Servieren** Tomaten unter das Dressing mischen. Salathälften und Zucchinistreifen anrichten. Tomaten und Dressing darüber geben. Mit dem Dill bestreuen.
- Salat und Frischkäsetaler anrichten. Dazu passt knuspriges Baguette.