



Panierter Mozzarella auf Perlencouscous

mit Gurke und getrockneten Tomaten



30-40min



3-4 Personen

Der Mozzarella wird hier doppelt paniert und langsam in der Pfanne goldbraun und knusprig angebraten. Seufz! Ja, das ist wunderbar, versprochen! Dazu gibt es einen köstlichen Salat aus Perlencouscous, knackiger Gurke, getrockneten Tomaten und frischen Kräutern, serviert auf fein-herbem Rucola. Guten Appetit!

- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 300g Perlencouscous ¹
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 1 Gurke
- 2 Packungen getrocknete Tomaten
- 20g frische Minze & Koriander
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Packungen Rucola
- 3 Mozzarellas ⁷
- 1 Päckchen Sumach
- 2 Eier ³
- 2 Packungen Panko-Paniermehl

¹

- 7EL Weizenmehl ¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl
- Olivenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Zitronenpresse

Energie 865kcal, Fett 39.3g,
Kohlenhydrate 88.7g, Eiweiß 34.8g



4. Mozzarella panieren

2. Gemüse vorbereiten

5. Mozzarella braten

3. Salat zubereiten

6. Anrichten und servieren

Den **Rucola** auf Teller verteilen und den **Couscoussalat** und die **Mozzarellastücke** darauf anrichten. Mit den **Zitronenspalten**, den **Minze-** und den **Korianderblättern** sowie dem **restlichen Sumach nach Geschmack** garnieren und servieren.