



Panierte Auberginenschnitzel

mit Wasabi-Kartoffel-Salat und Teriyakidip



30-40min



3-4 Personen

Ein köstlicher Ausflug in die Aromenwelt Asiens steht heute auf dem Programm! Zum knusprig ausgebackenen Auberginenschnitzel servierst du leicht süßliche Teriyakisause und einen raffinierten Salat aus Babykartoffeln, Romana und Lauchzwiebeln, der mit einem leicht pikanten Wasabi-Soja-Dressing angemacht wird. Ein veganer Schmaus vom Feinsten!

Was du von uns bekommst

- 1kg Drillinge
- 2 Auberginen
- 1 Packung Weizenmehl 1
- 1 Packung Semmelbrösel 1
- 1 Packung Romanasalat
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Packung Sojasauce 1,6
- 3 Päckchen Wasabipaste
- 2 Packungen Teriyakisauce 1,6

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 754kcal, Fett 31.4g, Kohlenhydrate 99.6g, Eiweiß 16.9g



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Auberginen** der Länge nach in ca. 1,5cm breite Scheiben schneiden und von beiden Seiten mit etwas Salz bestreuen.



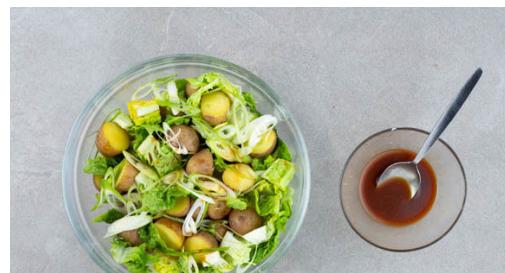
4. Auberginen ausbacken

Die **Auberginescheiben** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und erst in dem **Teig**, dann in den **Semmelbröseln** wenden. Anschließend in das heiße Öl legen und bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. goldbraun ausbacken. Auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen.



5. Salat vorbereiten

Den **Romanasalat** in feine Streifen schneiden. Die **Lauchzwiebeln** schräg in dünne Ringe schneiden. Die **Salatstreifen** und die **Lauchzwiebeln** mit den **Kartoffeln** vermengen.



6. Salat fertigstellen

Die **Sojasauce** mit **1-2 Päckchen Wasabi**, 1EL Essig und 2-3EL Wasser verrühren, bis sich der **Wasabi** aufgelöst hat. Das **Dressing** mit dem **Salat** vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Auberginenschnitzel** mit dem **Kartoffelsalat** anrichten, mit der **Teriyakisauce** garnieren und nach Belieben mit dem **restlichen Wasabi** servieren.