



Reis-Weizenschrotküchlein mit Lammgeschnetzeltem mit Peperoni

Restenverwertung und ein neues Produkt. Bereits gekochter Reis wollte gegessen werden, ich dachte an gebratenen Reis mit etwas Lammgeschnetzeltem. Der Pöster klingelte an der Tür. Ein Paket der Mühle KleeB in Rüegsbach. Darin unter anderem ein Pack Weizenschrot. Also den Menuplan umgekrempelt und Reis-Weizenschrotküchlein gemacht.

Das Lammgeschnetzelte ist einfach und schnell zubereitet und spielt diesmal die Rolle der Beilage zu den ad hoc kreierten Reis-Weizen-Tätschli.

Ich nahm 50g Weizenschrot zu etwa 200g gekochtem Reis. Es hätte die doppelte Menge Schrot sein können. Trotzdem, die Küchlein schmeckten gut, nicht so intensiv wie die Grünkerntätschli, aber zusammen mit einem Saucengericht durchaus eine Empfehlung wert.

Zutaten (2 Portionen)

200g weisser Reis gekocht (ca. 80g roh)
50g Weizenschrot
2 Eier
1El Mehl (ca. 20g)
1/2 Bund Peterli
1,5dl Gemüsebouillon
Kräutersalz und Pfeffer zum abschmecken

Lamm-Peperoni-Geschnetzeltes

200g Lamigotschnitzel
1-2 kleine grüne Peperoni
2 Datteltomaten
1 Schuss Weisswein

2dl Hühnerbouillon
2El Crème fraîche
1/2Tl Maizena
Salz und Pfeffer zu abschmecken

Zubereitung

Gemüsebouillon aufkochen und Weizenschrot einrühren. 10 Minuten leicht köcheln lassen. Herdplatte ausschalten, Deckel auf die Pfanne setzen und 50 Minuten quellen lassen.

Mehl unter den Reis mischen. Peterli hacken und daruntermischen. Weizenschrot und Eier zugeben und gut vermischen. Mit Kräutersalz und wenig Pfeffer abschmecken. Die Masse mindestens 1 Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.

Tätschli braten:

Bratbutter erhitzen, nicht zu heiss, die Tätschli sollen langsam brutzeln. Mit zwei Löffeln "Nuggets" abstechen und mit zwei Bratschaufeln leicht flach drücken und rund formen. Auf jeder Seite ca. 3-4 Minuten brutzeln lassen.

Lamm-Peperoni-Geschnetzeltes

Lammschnitzel in 5 mm dünne Streifen schneiden, salzen und pfeffern und ganz kurz anbraten (30sec). beiseite stellen.

Peperoni rüsten und vierteln. Quer zur Faser in dünne Streifen schneiden (2-3mm). In Bratbutter ca. 3 Minuten andünsten, mit einem Schuss Weisswein ablöschen und diesen fast ganz einkochen lassen. Bouillon zugiessen und 10 Minuten köcheln lassen. Tomaten würfeln und zugeben, nochmals 5 Minuten köcheln lassen. Crème fraîche unterrühren bis sie ganz geschmolzen ist. Maizena in wenig kaltem Wasser anrühren und zur Sauce geben, nochmals kurz aufkochen, Herdplatte ausschalten und Gigotstreifen zugeben, etwas verrühren und ca. 3 Minuten ziehen lassen.

Unbedingt auf vorgewärmte Teller anrichten.



Reis-Weizenschrotmasse