



### Marinierter Rotkrautsalat mit gebackenem Schwartenmagen und Chrysanthemen-Bibilikäs-Creme

#### FÜR DEN SALAT:

450 g Rotkraut  
2 unbehandelte Orangen  
1/8 l Spätburgunder Rotwein  
2 cl Chrylonge  
3 EL Rotwein- oder Apfelessig  
Salz, weißer Pfeffer  
80 ml kaltgepresstes Rapsöl

Die Koch-Videos sind ab dem 03. November  
online abrufbar unter: [www.youtube.com/stadtlaehr](http://www.youtube.com/stadtlaehr)

#### FÜR DEN SCHWARTENMAGEN:

2 Scheiben Hausmacher Schwartenmagen à 250 g / 3 cm Stärke  
2 EL Mehl  
1 Ei Größe M  
100 g Semmel- oder Pankobrösel  
140 ml hocherhitzbare Öl

#### FÜR DIE CREME:

100 g Quark 40 %  
1–2 EL Schmand 40 g  
Salz, weißer Pfeffer  
1 Msp. gemahlener Kümmel  
Abrieb  $\frac{1}{4}$  Bio-Zitrone  
1 Handvoll Speisechrysanthemen (feine Blätter und dünne Stiele) / Alternativ 40 g Rucolasalat

1. Äußeren Blätter vom Kohl entfernen und vierteln. Strunk heraustrennen und das Kraut in sehr feine Streifen schneiden. Schale einer Orange fein abschälen, dann den Saft auspressen. Saft und Schale sowie Wein, Chrylonge und Essig zum Kraut geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und kräftig mit den Händen pressen bzw. leicht kneten. 1 Stunde ziehen lassen. Die zweite Frucht von Schale befreien und die Zitrusfilets herausschneiden. Öl untermischen, Salat abschmecken und die Filets hinzufügen.
2. Schwartenmagen in Würfel von 3x3 cm schneiden. Ei verquirlen, die Fleischwürfel zuerst in Mehl, dann Ei und zuletzt in Brotbrösel wenden. Ein zweites Mal zuerst in Ei tauchen dann in Brösel und die Panade fest andrücken.
3. Für die Creme den Quark mit Schmand verrühren und die Gewürze hinzufügen. Speisechrysanthemen waschen, trocken und fein gehackt unter die Creme heben.
4. Öl in einem kleinen, hohen Topf oder Pfanne mit hohem Rand erhitzen und die panierten Fleischwürfel schnell und goldbraun bei etwa 190°C ausbacken. Auf Papier abtropfen, Salat anrichten, die warmen Schwartenmagenwürfel dazu geben und mit einem Klecks Chrysanthemen-Bibilikäs-Creme servieren.

Chrylonge nur exklusiv in Lahr erhältlich bei: [www.féisst-kochseminare.de](http://www.féisst-kochseminare.de)

Chrysanthemensetzlinge (saisonal im Herbst) nur exklusiv in Lahr erhältlich bei: [www.blumen-bräutigam.de](http://www.blumen-bräutigam.de)