

## „Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



## Wiener Backhendel mit Erdäpfelsalat und Kernöl

Koch: Toni Mörwald

### Zutaten

(4 Personen)

Für das Wiener Backhendel

- 2 ausgelöste Bio-Landhendel
- Mehl zum Panieren
- 1 verquirltes Ei zum Panieren
- Semmelbrösel zum Panieren
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 4 EL gehackte Petersilie
- 4 EL Sauerrahm
- Sonnenblumenöl zum Frittieren  
(alternativ: Butterschmalz)

Für den Erdäpfelsalat

- 750 g speckige Erdäpfel
- 1 rote Zwiebel
- 6 EL Sonnenblumenöl
- 4 EL Apfelessig
- 1 TL Senf
- Salz
- Pfeffer

Quelle: ORF extra

- Zucker
- 300 ml Rindsuppe

Für die Garnitur vom Erdäpfelsalat

- Kürbiskernöl nach Belieben
- 1 Bund frischer Schnittlauch

Für die Garnitur vom Backhendl

- 4 Zitronenspalten
- frische Petersilie

## Zubereitung

**1.** Für den Erdäpfelsalat zuerst die Erdäpfel in der Schale weichkochen, abseihen und noch heiß schälen. Die heißen, geschälten Erdäpfel nun in dünne Scheiben schneiden und diese in eine Schüssel geben.

**2.** Die ausgelösten Hendlstücke mit Salz und etwas Pfeffer aus der Mühle würzen und mit der gehackten Petersilie bestreuen. Dann mit dem Sauerrahm marinieren und ein paar Minuten ziehen lassen.

**3.** Die marinierten Hendlstücke anschließend zuerst in Mehl, dann in dem verquirlten Ei und zuletzt in den Semmelbröseln panieren. Dann in einem Topf mit etwa 140° C heißem Sonnenblumenöl knusprig ausbacken – den Topf dabei immer wieder schwenken – und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**Tipp:** Um den Geschmack vom Frittier-Öl zu verfeinern, können auch Butterstücke dazugegeben werden oder es kann generell Butterschmalz verwendet werden.

**4.** Nun die rote Zwiebel fein hacken und in die Schüssel zu den Erdäpfel-Scheiben geben. Die Erdäpfel mit einer Prise Zucker und etwas Salz und Pfeffer würzen und mit dem Senf, dem Apfelessig und dem Sonnenblumenöl marinieren. Die Rindsuppe dazugeben und die Marinade so lange in den Erdäpfelsalat rühren, bis er schön sämig ist.

**5.** Zum Schluss den Erdäpfelsalat in kleinen Schüsseln anrichten und mit Kürbiskernöl und fein geschnittenem Schnittlauch garnieren. Die Backhendlstücke auf flachen Tellern anrichten, mit je einer Zitronenspalte und frischer Petersilie garnieren und gemeinsam mit dem Erdäpfelsalat servieren.