

## Informationen zur Sendung vom 21.01.2025

### Rheinische Schnibbelbohnen im Kartoffelkranz

Von Ulla Scholz

#### Zutaten (4 Personen)

##### Gemüse

500 g Schnibbelbohnen  
1 EL Mehl  
1 EL Butter  
100 ml Sahne  
Salz  
Pfeffer

##### Fleisch

4 Scheiben Minuten-Kasseler  
1 Tasse Semmelbrösel  
1 – 2 Eier  
3 EL Mehl  
Salz  
Gekläarte Butter zum Braten

##### Kartoffelkranz

750 g Kartoffeln  
Ca. 50 g Butter  
2 Eigelb  
Muskat  
Salz  
Pfeffer

##### Vegetarisch

##### Zutaten pro Portion

100 g Räuchertofu  
1 Ei  
Semmelbrösel  
Salz  
Pfeffer

##### Beigaben

Optional etwas frisches  
Bohnenkraut

#### Zubereitung

Zunächst die Kartoffeln schälen, halbieren und in gesalzenem Wasser circa 25 Minuten garen, abschütten und kurz ausdampfen lassen. Die Stücke – noch heiß – durch eine Presse drücken und mit Muskat und etwas Salz würzen. Die Butter und die Eigelbe untermischen.

Eine runde Auflaufform – mit einem niedrigen Rand – buttern. Die Kartoffelmasse in einen Spritzbeutel füllen. Mit 3 bis 4 cm Abstand zum Rand hin – im Inneren der Form – rundum große Rosetten zu einem Kreis aufspritzen. Danach kleinere Rosetten zwischen oder auf die großen Exemplare platzieren. So entsteht eine Art Kranz. In die Mitte wird später das Bohnengemüse gefüllt. Den Kartoffelkranz bei 180 Grad – circa 25 Minuten – golden backen.

Die milchsauer vergorenen Bohnen abgießen, abtropfen lassen und in einen Topf füllen. Etwas frisches Wasser angießen, einen Deckel auflegen und das Gemüse circa 10 Minuten garen. In einem weiteren Topf eine Mehlschwitze ansetzen, die mit Sahne und dem Kochwasser der Bohnen abgelöscht wird. Als Gewürze passen eine Prise Zucker, ein wenig Salz und etwas Bohnenkraut.

Für die Minuten-Kasseler-Scheiben drei Teller vorbereiten, die jeweils mit Mehl, verquirltem Ei sowie Semmelmehl gefüllt werden. Beim Fleisch Schwarte und Knorpel entfernen und die Scheiben in der Mitte teilen. Alle Exemplare nacheinander in Mehl, Ei und Bröseln panieren und in heißem Butterschmalz von beiden Seiten golden braten.

Vegetarier teilen den Tofu in halbzentimeterdicke Scheiben. Auch hier wird alles paniert und in Butterfett knusprig ausgebraten.

## **Informationen zur Sendung vom 21.01.2025**

### **Rheinische Schnibbelbohnen im Kartoffelkranz**

Von Ulla Scholz

#### **Anrichten**

Die heißen Schnippelbohnen in den Kartoffelkranz füllen und rundum am Rand das Minuten-Kasseler oder die Tofu-Schnitzelchen anlegen.

#### **Ullas Küchentipps**

##### **Rheinische Schnibbelbohnen**

Schneidebohnen, Schnippelbohnen oder Schnibbelbohnen zählten früher zu den Gemüsen, die im Winter in der Region auf den Tisch kamen. So wie bei Sauerkraut konserviert das Gemüse über die Milchsäuregärung. Dafür werden die rohen Bohnen gewaschen und circa 8 Minuten blanchiert. Das Besondere ist, dass die Bohnen – ähnlich wie eine Baguettescheibe - schräg in Stücke geschnitten sind. Sie kommen in ein Steingutgefäß und werden mit Salz so lange gestampft, bis reichlich Pflanzensaft austritt. Es muss sauber gearbeitet werden, damit sich bei der Gärung keine unerwünschten Bakterien einschmuggeln und die Bohnen zum Verderben bringen. Erwünscht sind Milchsäurebakterien, die den Bohnen ihren leicht säuerlichen Geschmack verleihen und sehr bekömmlich sind. Omas und Tanten wären heute Internetstars. Sie kannten die Fermentation schon immer als schmackhafte, gesunde und nachhaltige Konservierungsmethode für ihr Gartengemüse.

Im Rheinland gibt es in vielen Supermärkten abgepackte und milchsauervergorene Schnibbelbohnen. Sie liegen da im Regal, wo auch das Sauerkraut zu finden ist. Auch in Norddeutschland ist das Gemüse beliebt – hier heißt es umgangssprachlich Schnippelbohnen.

##### **Das Schnitzel für den Arbeiter**

Das „Arbeiterschnitzel“ kommt aus einer Zeit, wo sich die arbeitende Bevölkerung selten edle Fleischstücke leisten konnte. Statt Schnitzel vom Kalb oder Schwein, kamen Schweinebauchscheiben in die Pfanne, die wie ein Schnitzel paniert und gebraten wurden. Wer dafür ein hochwertiges Schweinefleisch (nicht aus Massentierhaltung) verwendet, wird feststellen, dass die einfachen Stücke mit mehr Fettgehalt besonders aromatisch sind.

**Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!**