

Frittierter Feta mit Thymianhonig und Antipasti

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

400 g Feta
2 Eier
4 Esslöffel Mehl
4 Esslöffel Panko oder Paniermehl
1 Paprika
1 kleine Zucchini
200 g Champignons
6 Esslöffel Honig
4 Thymianzweige
2 l Öl zum Frittieren
Salz, Pfeffer

Kennst du das, wenn du im Restaurant eine Vorspeise bekommst und sie so lecker schmeckt, dass das Hauptgericht eigentlich schon gar keine Chance mehr hat? So ging es mir letztens, als mir frittierter Feta serviert wurde. Am liebsten hätte ich den Hauptgang danach gleich gestrichen und mir noch dreimal Feta bestellt.

Natürlich musste ich das direkt mal selbst testen und siehe da, es ist wirklich kinderleicht. Dazu serviere ich Thymianhonig und Antipasti, die du in der Pfanne auch

ruckzuck fertig hast.

- 1 -

Paprika vierteln und entkernen. Mit Zucchini und Champignons in mundgerechte Stücke schneiden. In einer Pfanne mit etwas Öl ca. 10 Minuten andünsten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 2 -

Öl in einem großen Topf erhitzen. Feta in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Scheiben in Dreiecke schneiden. Für die Panade Eier verquirlen und in einen tiefen Teller geben. Mehl in einen zweiten Teller geben. Panko in einen dritten Teller geben.

- 3 -

Feta zuerst in Mehl, dann in der Eimasse und dann in Panko wälzen. Panierten Feta 2-3 Minuten im heißen Öl goldgelb frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

- 4 -

Für den Thymianhonig Blättchen von Zweigen zupfen und in den Honig geben. Mit Feta und Antipasti servieren.