

# Paniertes Schweineherz mit Bohnen-Champignon-Gemüse



Ein herrliches Stück Herz

Die Friteuse bleibt weiterhin im Einsatz. Diesmal bereite ich ein großes Stück Schweineherz zu, das ich einfach würze, paniere und frittiere.

Man frittiert das Schweineherz-Stück je nach Dicke bei 180 °C heißem Fett etwa 4–6 Minuten. Da das Herz Muskelfleisch ist, darf es innen gern noch etwas rosé sein.

Dazu gibt es einfach etwas Buschbohnen mit in Butter gebratenen Champignons.

Mein Rat: Bohnen unbedingt gut durchgaren, in halbrohem Zustand sind sie gesundheitsgefährdend.

## **Zutaten für 1 Person:**

- 1 Stück Schweineherz (350 g)

- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 3–4 EL [Semmelbrösel](#)
- 100 g Buschbohnen
- 2 große, weiße Champignons
- $\frac{1}{2}$  TL Bohnenkraut
- scharfes Rosenpaprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Bohnen putzen, Champignons in dünne Scheiben schneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Bohnen darin 20 Minuten garen.

Kurz vor Ende der Garzeit Butter in einer Pfanne erhitzen und Champignons darin einige Minuten anbraten. Bohnen dazugeben. Bohnenkraut dazugeben. Salzen und pfeffern. Alles gut vermischen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen.



### Schön saftiges Herz

Auf jeweils einen kleinen Teller Mehl, Ei und Semmelbrösel geben. Ei verquirlen. Schweineherz auf allen Seiten gut mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Durch das Mehl ziehen, dann durch das Ei und schließlich in den Bröseln wenden. Für etwa 4–6 Minuten in das siedende Fett geben. Zur Hälfte der Frittierzeit einmal im siedenden Fett wenden. Herausnehmen und abtropfen lassen. Zum Gemüse geben und alles servieren.