

Metzgerei

A. Scherner



Rezept

Nr.: 4

empfiehlt:

Schweineschnitzel in Kartoffelhülle



Pro Portion: ca. 670 kcal/2810 kj

Man benötigt für 2 Personen:

300 g kleine Möhren, 200 g Zuckerschoten, Salz, Pfeffer, 6-8 kleine Salbeiblätter, 2 Stiele Thymian, 4 dünne Schweineschnitzel (à 75 g), 500 g Kartoffeln, 1 Ei (Gr. M), geriebene Muskatnuß, Mehl zum Wenden, 2-3 EL Öl, 2-3 EL Butter/Margarine, einige Spritzer Zitronensaft, nach Belieben etwas Zitrone und Limette zum Garnieren.

Die Zubereitung

1. Möhren so schälen, daß noch etwas Grün übrig bleibt, und waschen. Zuckerschoten entfädeln und waschen. Möhren in kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten garen. Nach ca. 7 Minuten die Zuckerschoten zufügen und mitgaren, anschließend abtropfen lassen.
2. Kräuter waschen, trockenschütteln und hacken. Schnitzel waschen, trockentupfen und etwas flacher klopfen. Kartoffeln schälen, waschen, und auf einer Rohkostreibe grob raspeln. Kartoffelmasse leicht ausdrücken und das Ei hineinrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzig abschmecken.
3. Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen und leicht in Mehl wenden. Mit Kartoffelteig umhüllen. Im heißen Öl vorsichtig von jeder Seite ca. 3 Minuten braten.
4. Fett erhitzen und Gemüse und Kräuter darin schwenken. Mit etwas Zitronensaft abschmecken. Schnitzel und Gemüse nach Belieben mit Zitronen- und Limettenscheiben garniert servieren.

Guten Appetit!