Cordon Blue (France)



Für 4 PORTIONEN
4 Kalbsschnitzel (à 180 g)
Salz u. Pfeffer
4 Scheiben Gouda
4 Scheiben Koch- oder Roher Schinken
Mehl, Semmelbrösel
3 Eier (Hkl- L)
2 Esslöffel Schlagsahne
Butterschmalz oder Zwiebelschmalz

Energie pro Portion: 829 kcal, Kohlenhydrate: 49 g, Eiweiß: 68 g, Fett: 39 g

ZUBEREITUNG:

1. Schnitzel mit einem Schnitzelklopfer oder einer Stielpfanne dünn plattieren.
2. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Je eine Scheibe Schinken und Gouda auf des Fleisch legen
4. Die Schnitzel umklappen und mit je 3 Holzspießen ringsum verschließen.
5. Mehl auf einen flachen Teller geben, Semmelbrösel in eine tiefere Schüssel füllen, die Eier mit der Sahne ebenfalls in eine tiefere Schüssel geben und mit einem Schneebesen in eine gleichmäßige Masse verquirlen.
6. Das gefüllte Fleisch im Mehl wenden und anschließend durch die Eiersahne Mischung ziehen und in den Bröseln wenden. Brösel leicht andrücken.
7. Das panieren ohne das Mehl wiederholen.
8. Butter- oder Griebenschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die panierten Schnitzel bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 8–10 Min. goldbraun braten, anschließend auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Anmerkung:

Ich verwende an liebsten rohen Schinkenspeck/Bacon wegen des Aromas.
Natürlich ist es auch möglich, Schweineschnitzel zu verwenden, dann ist es halt kein „Original Cordon-Blue" mehr, sondern „Art Cordon Blue", schmeckt aber genauso gut, wenn nicht sogar besser.

