



Cordon Bleu Classic (Kalb)

Hauptspeisen, KSW 26.06.2015

vorbereitung 30 • **kochen** 15 Braten • **portionen** 4 •
schwierigkeitsgrad Leicht • **quelle** Saison Küche

ZUTATEN

4 Kalbsschnitzel à ca. 120 g,
vom Eck- oder Huftstück

260 g Käse, z. B. Greyerzer
surchoix oder Appenzeller

8 Tranche Schinken

Salz

Pfeffer

2 Eier

4 EL Mehl

200 g Paniermehl

200 g Bratbutter oder 2 dl
Erdnussöl

0.5 Zitrone

ZUBEREITUNG

1. Schnitzel einzeln zwischen Metzgerpapier oder in
Tiefkühlbeuteln mit einem Fleischklopfen sehr dünn
klopfen.

2. Käse in dünne Scheiben schneiden.

3. Je 2 Schinkentranche mit Käse belegen. Käse mit
dem Schinken einwickeln.

4. Je 1 Schinken-Käse-Päckli auf die eine Hälfte der
Schnitzel legen.

5. Andere Fleischhälfte darüberklappen. Ränder gut
festdrücken. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Eier in einem Suppenteller verquirlen. Mehl und
Paniermehl separat in Suppentellern bereitstellen.

7. Schnitzel im Mehl wenden. Überschüssiges Mehl
abklopfen, die Schnitzel sollen nur mit einer feinen
Mehlschicht überzogen sein.

8. Schnitzel durchs Ei ziehen, abtropfen lassen.

9. Schnitzel im Paniermehl wenden, Panade nur leicht andrücken.

10. Bratbutter in einer weiten Bratpfanne erhitzen. Es soll ca. 1 cm hoch Bratbutter in der
Pfanne haben, damit man die Schnitzel halb schwimmend backen kann. Stiel einer Holzigen
Bratschaufel in die Bratbutter tauchen, sprudelt die Butter leicht, ist die Brattemperatur
erreicht. Cordon bleus in der Butter bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten Minuten goldbraun
anbraten.

11. Cordon bleus wenden und ca. 7 Minuten fertig braten. Die Cordon bleus sind fertig
gebraten, wenn ein bisschen Füllung herausquillt.

12. Cordon bleu auf Haushaltspapier abtropfen lassen.

13. Zitrone in Schnitze schneiden.

14. Cordon bleus auf Tellern anrichten. Mit 1 Zitronenschnitz servieren.

NOTIZEN

Tipps

Dazu passen Pommes frites, Kartoffel- oder Blattsalat.

Kalbsschnitzel dünn vom Metzger im Schmetterlingsschnitt schneiden lassen.

Paniermehl selber machen: Das feinste Paniermehl wird aus Weissbrot ohne Rinde hergestellt, rustikalere Varianten aus Ruch- oder Vollkornbrot. Dafür altbackenes Brot im Ofen bei 70 °C vollständig trocknen und im Cutter mahlen.

Statt Kalb- Schweinsschnitzel verwenden.

Nach dem Panieren Cordon bleus sofort braten, damit die Panade nicht aufweicht.

Cordon bleus rundum anbraten und im 150 °C heissen Backofen ca. 10 Minuten durchziehen lassen.

Varianten

Sesam-Cordon-bleu: 50 g Paniermehl durch Sesam ersetzen und mit dem Paniermehl mischen.

Mozzarella-Cordon-Bleu: Statt Greyerzer gleiche Menge Mozzarella verwenden.

Rohschinken-Cordon- Bleu: Statt Schinken Rohschinken verwenden.

INFORMATIONEN ZUM NÄHRWERT

1 Portion enthält: Kalorien: 910 kcal; Eiweiss: 63 g; Fett: 53 g; Kohlenhydrate: 43 g