

Puten-Schnitzel mit Stampf-Kraut und Karotten-Salat

Für zwei Personen

Für die Schnitzel:

2 Putenschnitzel à 150 g	1 EL Mehl	2 Eier
50 ml Milch	4 EL Semmelbrösel	4 EL Panko
150 g Butter	Salz	Pfeffer

Für das Kraut:

2 große Kartoffeln	350 g Sauerkraut (1 Dose)	1 Scheibe geräucherter Speck
200 g Butter	250 ml Vollmilch	Zucker
neutrales Pflanzenöl	Salz	

Für den Salat:

2 große Karotten	1 Zitrone, Saft	2 Zehen Knoblauch
2 Zweige Koriander	2 Zweige Petersilie	1 TL gemahlene Kreuzkümmel
1 TL Chili-Flocken	1 TL Zucker	3 EL Olivenöl

Für die Schnitzel:

Die Schnitzel waschen, trockentupfen und zwischen zwei Klarsichtfolien plattklopfen. Eier aufschlagen und mit Milch, Salz und Pfeffer verquirlen. Panko und Semmelbrösel miteinander vermengen. Fleisch zunächst in Mehl, dann in verquirltem Ei und anschließend in den Bröseln wenden. Eine Pfanne mit reichlich Butter erhitzen und das Fleisch darin etwa 2 Minuten je Seite goldbraun braten.

Für das Kraut:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Kartoffeln schälen, waschen und im kochenden Wasser gar kochen. Sauerkraut in einem Topf auf mittlerer Stufe, mit etwas Wasser, Zucker und Salz weichkochen lassen. Speck in kleine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und den Speck darin anbraten. Gekochte Kartoffeln stampfen und mit Salz, Butter und Milch vermengen. Speck mit dem Sauerkraut vermengen und anschließend mit den Stampfkartoffeln vermischen.

Für den Salat:

Die Karotten von den Enden befreien, schälen und mit einer Reibe reiben. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Koriander und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Alles in einer Schüssel miteinander vermengen. Mit Zitronensaft, Kreuzkümmel, Chili-Flocken, Zucker und Olivenöl abschmecken.

Putenschnitzel in Panko-Panierung mit lauwarmem Stampf-Kraut und Karotten-Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Tobias Matura am 08. Mai 2017