

Cordon-bleu mit gedünsteten Karotten

Für 2 Personen

2 Kalbsschnitzel, dick, a 180 g	300 g Karotten	160 g Semmelbrösel
150 g Kochschinken	120 g Mehl	100 g Taleggio
40 g Butter	200 ml Mineralwasser	40 ml Sonnenblumenöl
4 Eier	1 Schalotte	1 Zitronen, unbehandelt
1 Bund Petersilie, glatt	Salz	Pfeffer, weiß
Zucker		

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Die Kalbschnitzel waschen und trocken tupfen. In die Kalbsschnitzel eine Tasche schneiden, anschließend klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schnitzel mit Kochschinken und Taleggio-Scheiben füllen, zusammenklappen und mit Zahnstochern fixieren. Je einen Teller mit dem Mehl und den Semmelbrösel bereitstellen. Die Eier in einer kleinen Schüssel verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Cordon-Bleu-Schnitzel zuerst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in den Semmelbrösel beidseitig wenden und durch sanftes Andrücken panieren. Die Karotten waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Die Schalotten abziehen, hacken und einen Esslöffel davon in der zehn Gramm Butter andünsten. Die Karotten zugeben, mit einer Prise Zucker leicht karamellisieren lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Möhren mit dem Mineralwasser knapp bedecken und für circa fünf Minuten dünsten lassen. Die Schnitzel in Sonnenblumenöl goldgelb ausbacken, die restliche Butter hinzugeben und die Schnitzel darin schwenken. Anschließend das Cordon-bleu auf Küchentrepp abtropfen und kurz in den Ofen geben. Die Zitrone in grobe Spalten schneiden. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Die Karotten zusammen mit dem Cordon-bleu anrichten, mit der Petersilie bestreuen und den Zitronenspalten garnieren.

Florian Flickinger am 21. September 2009