

Hochzeit-Schnitzel mit Couscous

Für 2 Personen

2 Kalbsschnitzel, a 150 g	2 Scheiben Selchfleisch, dünn	150 g Couscous
50 g Speisequark	100 g Karotten	3 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	50 g Mehl	125 ml Sauerrahm
125 ml Rinderfond	0,5 Bund Petersilie, glatt	0,5 Bund Schnittlauch
50 g Butter	Butterschmalz	Olivenöl
Pfeffer, schwarz	Salz	

In einem Topf Salzwasser mit einem Esslöffel Olivenöl zum Kochen bringen und anschließend den Couscous darin garen. In einem weiteren Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Das Selchfleisch und die Schnitzel waschen und trocken tupfen. Die Schnitzel unter einer Lage Frischhaltefolie flach klopfen und anschließend mit den Selchfleischscheiben belegen. Die Karotten schälen, in feine Stifte schneiden und in dem Salzwasser garen. Die Petersilie fein hacken und den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Den Quark in eine Schale geben und die Petersilie und den Schnittlauch darunter mengen, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf die Schnitzel je einen Esslöffel von dem Kräuterquark geben, die Schnitzel zusammenklappen und an den Rändern mit den Holzspießen befestigen. Den Knoblauch und die Schalotten abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen. Die Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Mehl bestäuben und anschließend mit den Schalotten und dem Knoblauch im Butterschmalz von allen Seiten goldbraun braten. Währenddessen eine Flocke Butter unter den Couscous heben. Den Sauerrahm mit dem restlichen Mehl verrühren. Die Schnitzel aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Den Rinderfond in die Pfanne geben und den Sauerrahm darunter rühren. Anschließend die Schnitzel wieder in Soße legen und darin etwas ziehen lassen. Die Karottenstifte abgießen und kurz in einer Pfanne mit etwas Butter schwenken. Die Hochzeitsschnitzel zusammen mit dem Couscous und den Karottenstiften auf Tellern anrichten und servieren.

Johann Sklona am 15. März 2010