

Cordon Bleu mit Feldsalat und frischer Melone

Für zwei Personen

Für die Cordon Bleu:

2 Schnitzel vom Kalb	2 Scheiben Hinterkochschinken	2 Scheiben Emmentaler
200 g Mehl	300 g Paniermehl	100 ml Milch
2 Eier	1 TL edelsüßes Paprikapulver	Sonnenblumenöl
Pfeffer	Salz	

Für den Salat:

250 g Feldsalat	1 Bund Radieschen	10 Cocktail-Tomaten
1 Knoblauchzehe	1 Galiamelone	2 EL Dijon-Senf
1 EL weißer Balsamico	2 EL Agavensirup	1 EL Hefeflocken
1 EL Olivenöl	6 EL Sonnenblumenöl	Pfeffer
Salz		

Für die Cordon Bleu das Kalbsfleisch auslegen und mit dem Schinken und den Emmentaler belegen, anschließend in der Mitte zusammenklappen. Mit Zahnstochern die Seiten fixieren. Im Anschluss die Eier und die Milch verquirlen. Das Mehl und das Paniermehl jeweils salzen und pfeffern. Dem Mehl außerdem Paprikapulver begeben.

Zunächst das Kalbfleisch im Mehl wälzen, danach in die Eiermilch tunken und mit dem Paniermehl ummanteln. Die Schnitzel kurz bei Seite stellen und die Panade ruhen lassen. Nun den Feldsalat waschen, von den Wurzeln lösen und abtropfen lassen. Die Radieschen waschen, die Wurzel abtrennen und in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Alles miteinander vermengen.

Das Cordon Bleu in einer Pfanne mit heißem Öl von beiden Seiten braten, bis sie goldbraun sind.

Für das Dressing etwas Senf mit Agavensirup verquirlen. Den Balsamico, das Sonnenblumenöl und die Hefeflocken hinzufügen. Die Knoblauchzehe auspressen und hineingeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Melone aufschneiden, von der Schale und den Kernen befreien, anschließend vierteln.

Das Cordon Bleu mit dem Salat auf Tellern anrichten, die Melone über den Salat geben und mit Tomatenhälften garnieren.

Catalina Paniagua am 03. September 2015