

# Schnitzel alla Caprese, Pfannengemüse und Couscous

**Für zwei Personen**

**Für die Schnitzel:**

2 Schweineschnitzel à 180 g	100 g Mozzarella	100 g Tomaten
2 EL neutrales Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

**Für das Gemüse:**

1 mittelgroße Zucchini	10 Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe
1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen	2 EL neutrales Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

**Für den Couscous:**

130 g Couscous	200 ml Karottensaft	1 TL kalte Butter
Salz	Pfeffer	

**Für die Garnitur:**

$\frac{1}{4}$  Bund Basilikum

**Für die Schnitzel:**

Den Ofen-Grill auf 200 Grad vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Schnitzel waschen, trockentupfen und auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Schnitzel im heißen Öl auf beiden Seiten etwa 3 Minuten goldbraun anbraten und aus der Pfanne nehmen.

Schnitzel in eine Auflaufform geben, mit Mozzarella und Tomaten belegen und im Ofen ca. 5 Minuten gratinieren.

**Für das Gemüse:**

Fenchelsaat im Mörser grob zerstoßen. Schalotte und Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und in einer Pfanne im heißen Öl glasig dünsten. Zucchini waschen, längs vierteln und in 1 cm große Stücke schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren. Zucchini, Tomaten und Fenchelsamen in die Pfanne geben und kurz mitbraten.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für den Couscous:**

Karottensaft und etwas Salz in einem Topf aufkochen. Couscous zugeben und zugedeckt 5 Minuten ziehen lassen. Kalte Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Garnitur:**

Basilikum abbrausen, trockenwedeln und einige Blätter von den Stielen abzupfen.

Die Schnitzel aus dem Ofen nehmen, mit Basilikum garnieren, zusammen mit dem Gemüse und dem Couscous auf Tellern anrichten und servieren.

Mark Edelberg am 09. Januar 2017