

Mediterranes Filet-Schnitzel, Zucchini-Kartoffel-Puffer

Für vier Portionen

4 Schweinefilets, à 200 g	4 getr. Tomatenfilets, in Öl	1 Bund Basilikum
50 g Parmesan	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	1-2 Zucchini (400 g)	400 g festk. Kartoffeln
1 Ei	1 EL Mehl	Muskatnuss
2-3 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	100 ml mildes Olivenöl
1 kleine Knoblauchzehe, geschält	2 EL Mandeln, gehackt	Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone

Außerdem:

Zahnstocher

Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Schweinefilets quer aufschneiden und wie einen Schmetterling aufklappen. Fleisch mit einem Plattireisen etwas flach klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Je ein Tomatenfilet und ein bis zwei Basilikumblätter auf das Fleisch legen. Parmesan darauf hobeln und das Fleisch wieder zusammenklappen. Gut andrücken und mit einem Zahnstocher feststecken. Die vier Schnitzel auch außen mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten ein bis zwei Minuten scharf anbraten. Im vorgeheizten Backofen 15 Minuten garziehen lassen.

Zucchini und Kartoffeln waschen, Kartoffeln schälen und beides grob raspeln. Gemüseraspel in einer Schüssel mit dem Ei und Mehl verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Aus der Masse nach und nach kleine Puffer darin ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit etwas Salz würzen.

Petersilie abrausen. Blätter abzupfen und zusammen mit dem restlichen Basilikum, dem Olivenöl, Knoblauch und Mandeln in einem Mixer zu einer feinen Paste mixen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Zum Anrichten die Puffer auf eine Platte legen, Schnitzel darauf geben und mit dem Basilikum-Petersilien-Pesto beträufeln. Mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

Horst Lichter am 09. Mai 2015