


Rahmschnitzel aus dem Ofen mit zweierlei Nudeln



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 55 min

 Aktivzeit: 30 min

 Einfach

Zutaten

für 4 Personen

- 8 Schnitzel vom Schweizer Kalb à ca. 60 g, aus der Nuss
- 1 **Bund** Frühlingszwiebeln
- 1 **Bund** Peterli
- 1 Bio-Zitrone
- 800 g Zucchini
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 **EL** HO-Sonnenblumenöl
- 2 **dl** Hühnerbouillon
- 2 **dl** Rahm
- 2 **TL** Speisestärke
- 200 g Nudeln
- 2 **EL** Butter

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 604 kcal
- 37 g Eiweiss
- 44 g Kohlenhydrate
- 31 g Fett

 enthält Gluten

 enthält Laktose

Tipp

Wer keinen Spiralschneider besitzt, kann die Zucchini der Länge nach in sehr dünne Scheiben hobeln und dann jeweils der Länge nach in 4?6 dünne Streifen schneiden.

Zubereitung

- 1 Frühlingszwiebeln waschen und mitsamt schönem Grün in feine Ringe schneiden. Peterli hacken. Zitrone heiss waschen, danach Schale fein abreiben.
- 2 Zucchini waschen, Stielansatz entfernen und die Zucchini mit einem Spiralschneider in lange Nudeln schneiden (siehe Tipp).
- 3 Backofen auf 180 °C Umluft (Ober-/Unterhitze 200 °C) vorheizen.

- 4 Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kalbsschnitzel darin auf jeder Seite ca. 1 Minute kräftig anbraten. Fleisch in eine Gratinform geben. Im Bratensatz die Frühlingszwiebeln andünsten. Bouillon dazugiessen. Rahm mit Stärke verrühren und ebenfalls beifügen. Alles 2-3 Minuten kochen lassen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Peterli und Zitronenschale abschmecken und über das Fleisch geben.
- 5 Die Schnitzel im heissen Ofen auf der mittleren Rille 25 Minuten backen.
- 6 Die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen. 1 Minute bevor die Nudeln abgegossen werden, Zucchetti beifügen und mitkochen. Dann beides in ein Sieb abgiessen. Butter in der Pfanne schmelzen und Nudel-Zucchetti-Mischung zurück in die Pfanne geben. Schnitzel mit Sauce und Nudeln auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.