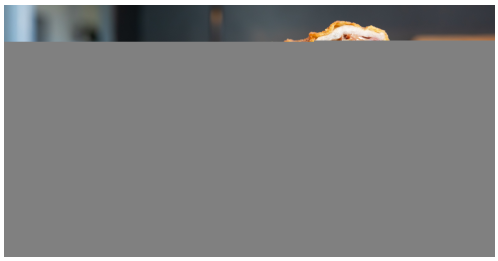
Cordon Bleu – Tessiner Edition

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 30 min
Aktivzeit: 30 min
Mittel



Zutaten

für 2 Portionen

2 Stück	Eckstücke vom Schweizer Schwein (je ca. 220g)
4 Scheiben	Rohschinken vom Schweizer Schwein
150 g	Chili-Raclettekäse
8 Stück	getrocknete Tomaten (ca. 40g insgesamt)
1 Handvoll	frischer Basilikum
2 Stück	Eier
30 g	Butter
15 ml	Rapsöl HOLL
30 g	Mehl
75 g	Paniermehl
	Salz & schwarzer Pfeffer

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

1050	kcal
90 g	Eiweiss
48 g	Kohlenhydrate
56 g	Fett

enthält Gluten
Laktosefrei
Low Carb

Tipp

Beim Füllen darauf achten, dass die Ränder sauber verschlossen sind – sonst läuft das Raclette beim Ausbacken aus. Wer mag, fixiert die Ränder mit ein paar Zahnstochern.

Zubereitung

1. Fleisch seitlich einschneiden und mit einer Weinflasche oder einem Fleischklopfer flachklopfen.
2. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Mit Rohschinken, Chili-Raclette, getrockneten Tomaten und Basilikum füllen.
4. Sauber verschliessen.

5 Panierstrasse vorbereiten: Mehl, Ei, Paniermehl.

6 Cordon Bleu erst im Mehl, dann im Ei, zuletzt im Paniermehl wenden.

7 In heissem Öl goldbraun ausbacken.

8 Butter zugeben und arrosieren (mit der Butter übergiessen).

9 Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

10 Aufschneiden und servieren.