



Kalbschnitzel in Kräuterpanade



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 20 min

 Aktivzeit: 20 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 4 Plätzli vom Schweizer Kalb (à ca. 150 g)
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 4 Eier
- 4 EL Rahm
- 100 g Mehl
- 300 g Paniermehl
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund Peterli
- 200 g Butter

Nährwerte

1 Portion (ohne Kartoffel-Gurken-Salat) enthält ca.:

- 910 kcal
- 54 g Eiweiss
- 73 g Kohlenhydrate
- 44 g Fett

 enthält Gluten

 enthält Laktose

Rohes Kalbfleisch sollte rosa bis rötlich sein.

Das ist ein Zeichen für artgerechte Fütterung. In der Schweiz erhalten Kälber neben Milch ab der zweiten Woche auch Gras und Heu – deshalb die dunklere Farbe.

Zubereitung

- 1 Kalbsplätzli mit Salz und wenig Pfeffer würzen. Ei und Rahm in einem tiefen Teller verquirlen. Mehl und Paniermehl auf je einen flachen Teller geben.
- 2 Kräuter fein hacken und unter das Paniermehl mischen. Kalbsplätzli nacheinander im Mehl wenden und das überschüssige Mehl gut abklopfen. Dann die Plätzli im Ei und zuletzt im Paniermehl wenden. Das Paniermehl gut andrücken.



Der feine Unterschied.

- 3 Kalbsplätzli in der heissen Butter von beiden Seiten ca. 3 Minuten goldgelb braten. Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und sofort servieren.

Dazu passt Kartoffel-Gurken-Salat mit Zitrone.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.