# Panierte Schweinsschnitzel richtig zubereiten

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 20 min

Aktivzeit: 20 min

Einfach



## Zutaten

für 4 Personen

- **4** Schnitzel vom Schweizer Schwein
- **50 g** Weissmehl
- **2** Eier, verrührt
- **80 g** Paniermehl
- **80 g** Bratbutter
- Zitrone, halbiert
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

## Nährwerte

1 Portion (ohne Gemüse oder Salat) enthält ca.:

- **494** kcal
- **35 g** Eiweiss
- **24 g** Kohlenhydrate
- **29 g** Fett

enthält Gluten

Laktosefrei

### Tipp

Stotzen, Nierstück, Hals ... Es gibt viele Stücke vom Schwein, die sich als Schnitzel super machen. Lass dich in deiner Metzgerei beraten, welches Stück am besten zu dir passt.

## Zubereitung

1. Schweinsschnitzel 1 Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen.

2. Schnitzel einzeln in einen Gefrierbeutel legen. Dann mit einer Pfanne klopfen und streichen, bis sie 2–3 mm dick sind.

3. Mehl, Eier und Paniermehl jeweils in einen Teller geben. Vor dem Panieren die Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Schnitzel einzeln panieren: Zuerst im Mehl wenden und abklopfen, dann komplett ins Eierbad tauchen und schliesslich mit dem Paniermehl gut zudecken und andrücken.

5 Pfanne mit der Bratbutter auf mittlerer Stufe erhitzen. Wenn die Butter heiss ist, d.h. flüssig wie Wasser, Schnitzel hineingeben. Der Pfannenboden muss überall gut mit Butter bedeckt sein.

6 Schnitzel nach ca. 2 Minuten wenden und weitere 2 Minuten anbraten, bis sie rundum schön goldbraun sind.

7 Fleisch aus der Pfanne nehmen, mit Zitronenschnitz garnieren und sofort servieren.

Dazu passen Gemüse oder Salat.