


Schweins-Cordon-bleu an Birnenmarinade mit Bergkäse



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 40 min

 Aktivzeit: 40 min

 Marinieren: 2 h

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 4 Plätzli vom Eckstück vom Schweizer Schwein à ca. 120 g
- 4 Tranchen** Vorderschinken vom Schweizer Schwein
- 2 reife Birnen
- 2 dl trockener Weisswein
- 4 Zweige** Thymian
- 2 EL Weissweinessig
- 4 EL Rapsöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 80 g Gantrisch-Bergkäse, in 4 Scheiben geschnitten
- 1 Bio-Zitrone (Saft und abgeriebene Schale)
- 3 EL Olivenöl
- 2 TL flüssiger Honig
- 1 Kopfsalat
- 2 Zweige Basilikum
- 2 EL Bratbutter
- Zitronensaft nach Belieben

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 543** kcal
- 37 g** Eiweiss
- 16 g** Kohlenhydrate
- 33 g** Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Grillen und Chillen

Das Cordon bleu lässt sich bestens auf dem Grill zubereiten – bei nicht zu hohen Temperaturen.

Zubereitung

- 1 Schweinsplätzli aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2 Birnen schälen. Kerngehäuse entfernen. Fruchtfleisch in Stücke schneiden. In einem kleinen Topf mit Weisswein 4–5 Minuten weich kochen. Die Hälfte des Thymians abzupfen, zugeben und mit Essig und Rapsöl fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Abkühlen lassen.

- 3 Je eine Scheibe Käse auf eine Tranche Schinken legen und zu kompakten Päckchen formen.
- 4 Plätzli einzeln in einen Gefrierbeutel legen, mit einer Pfanne auf ca. 3 mm flach klopfen.
- 5 Plätzli mit Schinken-Käse-Päckli belegen, jeweils die Hälfte des Plätzli frei halten. Cordons bleus schliessen, die Ränder gut andrücken und mit Holzspiesschen verschliessen.
- 6 Cordons bleus in eine flache Form geben, mit der Birnenmarinade von allen Seiten bestreichen und 2 Stunden abgedeckt im Kühlschrank marinieren lassen.
- 7 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. In der Zwischenzeit Zitronensaft und -schale, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Honig zu einer Vinaigrette verrühren. Salat waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Salat und Basilikumblätter in eine Schüssel geben und die Vinaigrette unterheben.
- 8 Butter in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Plätzli abtupfen, in die Pfanne geben und 3 Minuten braten. Restlichen Thymian in die Pfanne geben, Plätzli wenden und nochmals 3 Minuten braten.
- 9 Cordons bleus herausnehmen, etwas abtropfen lassen und mit dem Salat servieren. Nach Belieben mit Zitronensaft beträufeln.