Schweins-Cordon-bleu an Birnenmarinade mit Bergkäse

Meine Wahl.

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.