



Kochen

Ludwig Heer

Mittwoch, 03.07.2024

Zitronenschnitzel mit Kartoffel-Paprika-Salat

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Kartoffel-Paprika-Salat

8 Kartoffeln (etwa 800 g)
400 ml Geflügelbrühe (oder Gemüsebrühe)
2 Paprikaschoten, gelb und rot
16 Kirschtomaten, rot und gelb
1 Salatgurke, klein
1 Bund Radieschen
1 Bund Lauchzwiebeln
1 Zwiebel, rot
1 Topf Basilikum
6 Stiele Liebstöckel
1 Bund Petersilie
1 Bund Dill
1 Bund Schnittlauch
1 Biozitrone, Saft und 2 TL abgeriebene Schale davon
2 EL Weißweinessig
etwas Zucker
etwas Pfeffer
etwas Salz
5 EL Olivenöl



Für die Zitronen-Schnitzel

2 Biozitronen
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 Stiel Thymian
1 Stiel Oregano
3-4 Stiele Petersilie
600 g Schweinefilet
5 EL Olivenöl, zum Braten, alternativ Rapsöl
50 g Butter
1 TL Senf
100 ml Weißwein oder alkohlfreier Weißwein
100 ml Gemüse- oder Fleischbrühe
3 EL Speisestärke, ca.

Zubereitung:

- Für den Salat** Kartoffeln abbrausen, schälen, und vierteln.
- Kartoffeln und Brühe etwa 20-25 Minuten bei milder Hitze weichkochen.
- Inzwischen Paprika abbrausen, trocknen, vierteln und entkernen. Paprika in 2 cm große Würfel schneiden. Kirschtomaten abbrausen, trocknen, je nach Größe, halbieren oder vierteln. Gurke abbrausen, trocknen, schälen, evtl. entkernen und in Würfel oder Rauten schneiden. Radieschen putzen, vom Grün befreien, abbrausen, trocknen und in Eckchen schneiden. Lauchzwiebeln putzen, abbrausen und trocknen und in feine Ringe schneiden.
- Rote Zwiebel abziehen und würfeln. Mit Lauchzwiebeln, Radieschen, Gurke, Kirschtomaten und Paprika in eine sehr große Schüssel geben.
- Basilikum, Liebstöckel, Petersilie, Dill und Schnittlauch abbrausen, trockenschütteln und fein hacken. Kräuter mit dem Gemüse in der Schüssel mischen.
- Die kochend heißen Kartoffeln in der Brühe zum Gemüse geben und unterheben. Mit



Zitronenschale, Zitronensaft, Essig, je etwas Zucker, Pfeffer und Salz abschmecken. Olivenöl zugeben und lauwarm zu den Zitronen-Schnitzelchen servieren

7. **Für die Zitronen-Schnitzelchen** die Zitronen heiß abbrausen, trocknen und 3 TL Schale fein abreiben. 6-8 EL Zitronensaft auspressen. Schalotten und Knoblauch abziehen. Thymian, Oregano und Petersilie abbrausen, trockenschütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Schweinefilet quer in dünne Schnitzelchen schneiden und dünn klopfen.

8. Schnitzelchen mit Knoblauch einreiben und mit Zitronensaft, Zitronenschale, Pfeffer und Salz, würzen.

9. Öl und Butter in eine große Pfanne geben und erhitzen. Schnitzelchen bei starker Hitze auf beiden Seiten 1-2 Minuten braun anbraten. Schnitzelchen aus der Pfanne nehmen und warmstellen.

10. Schalotten und Knoblauch fein würfeln. Bratensatz in der Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze anbraten. Senf zugeben und kurz mitrösten. Mit restlichem Zitronensaft und Weißwein ablöschen und mit Brühe auffüllen. Bei milder Hitze 5 Minuten gerade eben kochen lassen.

11. Stärke in eine kleine Schüssel geben und mit wenig kaltem Wasser glattrühren. Soße damit binden. Mit Zitronenschale, Pfeffer und Salz abschmecken.

12. Kurz vor dem Servieren die Schnitzelchen mit dem ausgetretenen Fleischsaft in der Soße erhitzen, mit den Kräutern vollenden und mit dem lauwarmen Sommersalat anrichten.