

Informationen zur Sendung vom 11.02.2025

Cordon bleu

Von Ulla Scholz

Zutaten (2 Personen)

2 Hähnchenbrüste
1 – 2 Eier
100 g Semmelmehl
50 g Cornflakes
2 Scheiben Schinken
2 Scheiben Bergkäse
Salz
Pfeffer
Butterfett zum Braten

Außerdem – Feldsalat

100 g Feldsalat
4 EL Vinaigrette

Ofen-Pommes-Frites

400 g Kartoffeln (festkochend
oder vorwiegend festkochend)
1 – 2 EL neutrales Pflanzenöl
Salz

Zubereitung

Bei den Hähnchenbrüsten die beiden Filets abschneiden und extra braten. In die beiden Stücke von der schmalen Seite her eine Tasche schneiden, auseinanderklappen und beide Seiten flachklopfen. Das Fleisch rundum salzen und mit Schinken und Käse füllen. Nun wieder übereinanderlegen und zunächst in Mehl, dann in verquirltem Eigelb und in Semmelbröseln und zerstoßenen Cornflakes panieren. Die gefüllten Hähnchenbrüste in geklärter Butter von beiden Seiten drei bis vier Minuten bei moderater Hitze braten.

Für die Ofen-Pommes die Kartoffeln schälen, waschen und in gleich dicke Stäbchen schneiden. Einige Minuten in Wasser legen, durchspülen, abtropfen lassen und mit einem Küchentuch abtrocknen. Mit Pflanzenöl marinieren und im Airfryer oder im Backofen golden rösten. Dauer: Je nach Garmethode zwischen 15 und 25 Minuten bei 180 Grad Umluft. Vor dem Servieren erst salzen, damit die Ofen-Pommes beim Garen keine Flüssigkeit ziehen und am Blech kleben bleiben.

Anrichten

Die gefüllten Schnitzel auf zwei Teller verteilen und mit Ofen-Pommes, Feldsalat und Mayonnaise ergänzen..

Ullas Küchentipps

Was zu beachten ist

Die Panade sollte immer auch etwas gröbere Stückchen enthalten. Entweder werden dafür zerkleinerte Cornflakes-Brösel mit Semmelmehl gemischt oder man greift zu japanischem Panko-Mehl. Das ist ohne Rinde vermahlen und besteht aus gröberen länglichen Stückchen. Panko-Mehl gibt es in gutsortierten Supermärkten.

Informationen zur Sendung vom 11.02.2025

Cordon bleu

Von Ulla Scholz

Nicht zu viel Füllung in die Tasche packen, damit später beim Braten nichts herausquillt. Auch die Schnittstellen panieren, damit diese verschlossen werden. Ein Hölzchen kann helfen, Damit der Rand zusammenhält.

Mit ausreichend Butterfett braten und die Herdplatte nicht zu heiß einstellen. Ansonsten verbrennt die Panade und das Fleisch bleibt innen noch roh.

Mayonnaise mit Gewürzgurke und Ei

4 EL Sojacreme oder Seiden-Tofu

1 EL Senf

5 EL Apfelessig

150 ml neutrales Pflanzenöl

Prise Zucker

Salz

Pfeffer

Außerdem

2 Eier (hartgekocht)

50 g Gewürzgurke

Etwas Schnittlauch oder Petersilie

Zubereitung

Für die Sauce rühren wir zunächst eine Mayonnaise ohne rohes Eigelb. Sojacreme oder Seiden-Tofu sowie Senf in ein hohes Gefäß geben und mit Essig vermischen. Das Öl langsam angießen und die Mayonnaise mit einem Mixstab cremig aufschlagen. Die hartgekochten Eier und die Gewürzgurken in feine Stückchen teilen und unter die Mayonnaise heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer mag, verfeinert zusätzlich mit gehackten Kräutern.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!