

Kleine Kalbsschnitzel in der Käse-Eihülle auf Spargelragout

Zutaten für 10 Personen

- 1,0 kg Kalbsschnitzel, aus der Keule
- 20 g Basilikum, frisch
- 3 St Eier, frisch
- 50 g Weizenmehl, Typ 405
- 0,1 kg Parmesan, gerieben
- 2 g Zitronenschale, abgerieben
- 50 ml Olivenöl, zum Braten
- 0,6 kg Spargel, grün, geschält.
- 0,6 kg Spargel weiß, geschält.
- 30 g Butter
- 10 g Zucker, braun
- 0,3 kg Junge Möhren, in Scheiben
- 0,5 l Hollandaise, fertig gekocht
- 15 g Kräuter der Saison
- 0,3 kg Partytomaten mit Grün

Zubereitung

1. Die Kalbsschnitzel in Stücke zu 50 g schneiden, dünn plattieren und mit Basilikum belegen, dann zusammenklappen.
2. Aus den Eiern, Weizenmehl, Parmesan und abgeriebener Zitronenschale einen Teig herstellen, den dann etwas ruhen lassen (sollte er zu dick werden, mit Milch verdünnen).
3. Die Kalbsschnitzel durch die Parmesanmasse ziehen, abstreifen und im Olivenöl von beiden Seiten goldgelb braten.
4. Den grünen und weißen Spargel in 4 cm lange Stücke schneiden und getrennt abkochen, dann warm stellen, den Spargelfond aufheben.
5. Die Butter erwärmen, den Zucker karamellisieren, dann die Möhren mit anschwitzen und mit etwas Spargelfond ablöschen dann kernig garen.

6. Den gekochten Spargel dazugeben und mit der Hollandaise abbinden, mit den Kräutern abrunden.
7. Das Spargelragout mittig im Teller anrichten, die Kalbsschnitzel in das Ragout hochkantig hineinstecken und mit einer erwärmten Partytomate mit Grün garnieren.

Tipp: Mit neuen Kartoffeln in der Schale servieren.



Weitere Beilagenempfehlungen

- Gnocchi von Kartoffel
- Kleine gebratene Kartoffel in Butter
- Frische Blattsalate der Saison



Küchentipp

- Man kann kurz vor dem Servieren Butter aufschäumen, sie mit abgeriebener Zitronenschale würzen und über die Kalbsschnitzel geben.
- Achtung beim Würzen: Parmesan hat viel Salz.
- Viel Arbeit, aber man kann das Gericht gut vorbereiten.
- Parmesanteig verändern mit Sesam, Leinsamen oder Kräutern.



Tipp zur Gartechnik

- Die Schnitzel nicht zu scharf braten, da der Parmesan gerne dunkel wird.

Diät-Eignung

- Vollkost
- Reduktionskost (die Kalbsschnitzel Natur braten, ohne Zucker, Sauce für den Spargel ohne Hollandaise und mit Kalorienfreien Bindemittel binden.)
- Fettstoffwechselstörung (die Kalbschnitzel ohne Eigelb dafür nur Eiklar zum panieren, ohne Hollandaise dafür weiße Sauce ohne Sahne)
- Diabetes mellitus (Achtung Weizenmehl und Zucker)
- Purinarmer Kost (nur 80 g Kalbsschnitzel, Achtung Spargel hat hohe Purinwerte)
- Vegetarische Kostformen (ohne Fleisch, mehr Spargel und Karotten)

