



# Cordon bleu mit Serrano und Mozzarella auf tomatisiertem Gemüsereis

 Dauer  
35 min.

 Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Karotten	4 St.
Pastinaken	2 St.
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Öl	12 Esslöffel
Langkornreis	300 g
Zucker	
Tomatenmark	70 g
Wasser	700 ml
Salz	
Mozzarella	250 g
Serranoschinken	140 g
Schweineschnitzel	600 g
Eier	2 St.
Weizenmehl, Type 405	6 Esslöffel
Paniermehl	200 g
Pfeffer, schwarz	



## Zubereitung

Karotten und Pastinaken schälen, Enden entfernen und fein würfeln. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln und weiße und grüne Teile getrennt voneinander schräg in Ringe schneiden. Schnitzel abwaschen, trocken tupfen und salzen.

In einem Topf 2 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und darin Reis, Gemüse, 1 EL Zucker und weiße Teile der Frühlingszwiebeln ca. 2 Min. anbraten. Tomatenmark und  $\frac{1}{2}$  TL Salz unterrühren und mit 700 ml heißem Wasser auffüllen. Zugedeckt auf mittlerer Stufe ca. 10 Min. köcheln. Anschließend vom Herd nehmen, beiseitestellen und zugedeckt weitere ca. 10 Min. ruhen lassen.

Mozzarella in 8 Scheiben schneiden. Die Mozzarellascheiben mit je 1 Scheibe Serranoschinken umwickeln, übrigen Schinken und Mozzarella fein würfeln. Schnitzel ausbreiten und mit einem Fleischklopfer flach klopfen. Schnitzel mit jeweils 1 Mozzarella-Schinken belegen, zuklappen und mit Zahnstochern fixieren.

3 tiefe Teller bereitstellen. im 1. Teller das Ei verquirlen, im 2. Teller Mehl geben und das Paniermehl im 3. Teller verteilen. In einer Pfanne 6 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen.

Die gefüllten Schnitzel zuerst rundherum mit Mehl bestäuben, dann durch das Ei ziehen und zuletzt rundherum im Paniermehl wälzen und andrücken. Anschließend in der Pfanne ca. 3–5 Min. goldbraun braten. Dabei mehrmals wenden, sodass die Cordon bleus gleichmäßig Farbe annehmen. Pfanne vom Herd nehmen und das Fleisch weitere ca. 5 Min zugedeckt ruhen lassen.

Grüne Frühlingszwiebeln, gewürfelten Mozzarella und Schinken unter den Reis rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüsereis und Cordon bleus auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1458 kcal		
Kohlenhydrate	137 g	Ballaststoff	11 g
Eiweiß	77 g	Fette	67 g