



Marinierte Minutenschnitzel

Zeit gesamt
1h

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Schnittlauch, frisch	1 Bund
Basilikum, frisch	12 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Zitronen	1 St.
Sonnenblumenöl	5 EL
Pfeffer, schwarz	
Schweineschnitzel	600 g
Salz	
Geflügelbrühe	150 ml
Schlagsahne	100 g
Speisestärke	1 TL

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne, Küchenkrepp

1. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Zitrone waschen, 1 TL Schale abreiben und den Saft auspressen.
2. In einer Schüssel Kräuter, Zwiebeln und Zitronensaft mit 4 EL Öl und Pfeffer verrühren. Schweineschnitzel waschen, trocken tupfen und in der Marinade zugedeckt ca. 30 Min. im Kühlschrank marinieren lassen.
3. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe mit 1 EL Öl erhitzen, Schnitzel abtropfen lassen und mit Küchenkrepp abtupfen. Schnitzel in die Pfanne geben und von jeder Seite ca. 2–3 Min. anbraten. Schnitzel herausnehmen und etwas salzen.
4. Den Bratensatz mit Marinade ablöschen. Brühe ggf. anrühren. Brühe und Sahne angießen, einköcheln lassen. In einer Schüssel Stärke mit 1 EL Wasser anrühren, hinzugeben und ca. 2 Min. eindicken lassen.
5. Die Sauce abschmecken. Marinierte Schnitzel mit Sauce auf einem Teller servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu schmecken [Pellkartoffeln mit dreierlei Dips](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 329 kcal

Kohlenhydrate 10 g

Eiweiß 37 g

Ballaststoffe 2 g

Fette 17 g
