



Mediterrane Schweineschnitzel

 Dauer
25 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Basilikum, frisch	10 g
Schweineschnitzel	4 St.
Meersalz	
Pfeffer, schwarz	
Parmaschinken	150 g
Olivenöl	1 EL

Zubereitung

Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen.

Schweineschnitzel waschen, trocken tupfen und zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie dünn klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Je 2 Blätter Basilikum und 1 Scheibe Parmaschinken darauflegen und mit einem Zahnstocher befestigen.

Eine Pfanne mit 1 EL Öl erhitzen, Schweineschnitzel zuerst auf der Fleischseite ca. 3 Min. braten, wenden und ca. 2 Min. zu Ende garen. Mediterrane Schweineschnitzel auf Tellern servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt [[recipeLink=145596](#)].

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	214 kcal		
Kohlenhydrate	0 g	Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	32 g	Fette	10 g