

## Mediterrane Schweineschnitzel





Zubereitungszeit 35min





## Zutaten

für 4 Portionen

	Pacilikum friech	10 g
	Basilikum, frisch	10 g
	Schinkenschnitzel aus der	4
	Oberschale vom Schwein	St.
	Meersalz	
	Pfeffer, schwarz gemahlen	
	Parmaschinken	150 g
	Olivenöl	1 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, Fleischklopfer, Frischhaltefolie

- Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen.
  Schweineschnitzel waschen, trocken tupfen und mit Hilfe eines Topf mit Stiel dünn klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Je 2 Blätter Basilikum und 1 Scheibe Parmaschinken darauflegen und mit einem Zahnstocher befestigen.
- 2. 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 Pilz-Risotto.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	207 kcal
Kohlenhydrate	0 g
Eiweiß	32 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	9 g