



Mediterranes Schnitzel mit Broccoli-Kartoffel-Püree und Kräutermayonnaise

 Dauer
30 min.

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Schweineschnitzel 600 g

Kartoffeln, vorw. festk 800 g

Salz

Brokkoli 2 St.

Zitronen 1 St.

Petersilie, frisch 20 g

Dill, frisch 20 g

saure Sahne 300 g

Mayonnaise 2 Esslöffel

Weizenmehl, Type

405 2 Esslöffel

Kräuter der Provence, getrocknet

Öl 2 Esslöffel

Butter 4 Esslöffel

Pfeffer, schwarz



Zubereitung

Schnitzel waschen, trocken tupfen und zum Temperieren beiseitelegen. Kartoffeln waschen, schälen und ca. 2 cm groß würfeln. Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser bedecken, zugedeckt aufkochen und auf mittlerer Stufe ca. 25 Min. weich garen.

Broccoli waschen und das Stielende ca. 1 cm breit abschneiden. Den Kopf in ca. 2 cm kleine Röschen schneiden und den Stiel ca. 1 cm klein würfeln. Alles für die letzten ca. 7 Min. zu den Kartoffeln geben und ebenfalls weich garen.

Inzwischen die Zitrone waschen, ca. 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und von 1 Hälfte den Saft auspressen. Andere Zitronenhälfte in Spalten schneiden. Petersilie und Dill waschen, trocken schütteln, Blätter bzw. Spitzen abzupfen und fein hacken.

In einer Schüssel 200 g saure Sahne, Mayonnaise, gehackte Kräuter und Zitronenabrieb mischen und mit Zitronensaft und Salz abschmecken. Bis zum Anrichten im Kühlschrank aufbewahren.

In einem tiefen Teller Mehl mit Kräuter der Provence mischen. Schnitzel salzen, beidseitig im Gewürzmehl wenden bzw. komplett auf dem Fleisch verteilen und etwas fest drücken.

In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten ca. 2 Min. goldbraun anbraten. Fertige Schnitzel auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Derweil Kartoffeln und Broccoli mithilfe des Deckels abgießen. Butter und restliche saure Sahne dazugeben und mit dem Handrührgerät mit Rührbesen zu einem Püree verarbeiten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Kartoffel-Broccoli-Püree und mediterrane Schnitzel auf Tellern anrichten und mit

Mayonnaise, Zitronenspalten und restlichen Kräutern servieren.

Guten Appetit !

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	859 kcal		
Kohlenhydrate	62 g	Ballaststoff	12 g
Eiweiß	48 g	Fette	50 g